ఓమ్

శ్రీ మలయాళసద్గురు పరమాత్మనే నమః

క్రోధము - శాంతము

క్రోధము గాని, శాంతము గాని (దుఃఖము గాని, సంతోషము గాని) ముఖ మనెడి బోర్డుపై (తెరపై) కనబడుచుండును.

గ్రంథకర్త

శ్రీ చిన్మయ రామదాసు

శ్రీరస్తు   శుభమస్తు

ఈ గ్రంథము

అంతరంగ భక్తుల ద్రవ్యసహాయముచే

అచ్చువేయించబడినది.

విషయసూచిక

	పుటలు
దైవప్రార్థన	1
ప్రశ్నోత్తరములు	2
క్రోధమునెట్లు జయించవలెను ?	3
క్రోధము గలిగినప్పుడు కలుగు వికారములు	4
క్రోధముగలవారు చేయు పనులు	5
చతుర్విధ క్రోధులు	6
క్రోధముయొక్క వివరణ	7
క్రోధముపై క్రోధము చూపుము	9
క్రోధ నిగ్రహశాలే పురుషుడు	10
నిజమైన సారథి ఎవడు ?	10
క్రోధము లేనివారే తేజోవంతులు	10
క్రోధము శాంతముతో యుద్ధముచేయుటకు వెళ్ళి అపజయమొందుట	11
శాంతముగలవారే శ్రేష్ఠులు	12
ఉత్తమాది క్రోధములు	12
సాధువుల కోపము	13
జ్ఞానికి కామ క్రోధము లుండవు	13
ధన్యులెవరు ?	14
వాక్కుల ఫలితములు	14
వాచికధర్మములు	15
మౌనసమయములు	17
మనశ్శాంతి యోగము	18
మనస్సనగా నేమి ?	18
చిత్తనిగ్రహము కష్టసాధ్యము	23
మనోజయము గల్గు సాధన	24
చిత్తజయోపాయక్రమము	25
మనశ్శాంతికి సాధనలు	26
మనశ్శాంతిని చెడగొట్టునవి—ఆరు	26
మనోజయముచే గల్గు ప్రయోజనము	27

అంతఃకరణ మననేమి ?	27
సర్వమును అంతఃకరణ భాగములే	27
మోక్షాధికారులు, అనధికారులు	29
ప్రశాంతుని లక్షణములు	30
మనస్సు నశించిన వానికి గుర్తులు	31
అమనస్క_మననేమి ?	31
లోకములో సంకల్పరహితుడే సుఖి	32
మోక్షమన నెచట కలదు ?	32
రాగము_ద్వేషము	33
రాగవంతుని లక్షణములు___ఆరు	34
మైత్రి లక్షణములు___ఆరు	34
కామముచే గల్గు గుణములు___పది	35
క్రోధముచే గల్గు గుణములు___ఎనిమిది	35
మోహ మననేమి ?	36
అభివృద్ధి చతుష్టయము	38
కథలు	39
సుఖము నీలోనే కలదు	40
అక్బరు చక్రవర్తి గర్వ ముడుగుట___వైరాగ్యము కలుగుట	41
అక్బరునకు భగవంతుడు చెప్పిన మాటలు	42
నమాజుచేయుచున్న అక్బరు మనస్సును తెలిసికొని నానక్ నవ్వుట	43
అజ్ఞానాంధుల వర్తనలు	44
ఆనందము నీలోనే గలదు, బైట లేదు	45
వైరాగ్యము	46
సత్యప్రవర్తనా ప్రభావము	51
వాల్మీకి	57
ఆశయే. దుఃఖకారణము	59
గృహస్థుల మోక్షమార్గము	63
మతముల లక్ష్యము	67
కీర్తనలు	68

ఓమ్

శ్రీ మలయాళసద్గురుపరబ్రహ్మణే నమః

శ్రీ గణేశాయనమః శ్రీ సరస్వత్యై నమః

క్రోధము - శాంతము

దైవప్రార్థన

శ్లో. దేవ మే సర్వదా బుద్ధిర్ధర్మే తిష్ఠతు శాశ్వతే
మారోచయత్వ ధర్మే మే బుద్ధిస్సర్వత్ర సర్వదా.

తా. ఓ భగవంతుడా నా బుద్ధి ఎల్లప్పుడున్ను శాశ్వతమైన ధర్మమునందే యుండునుగాక! నా బుద్ధి అన్నిస్థలములయందును, అన్ని కాలములయందును హింస, అసత్యాది అధర్మముల వైపునకు పోకుండునుగాక! —విభీషణుడు

"సాయీ యిత్నా దీజియే జా మే కుటుంబ సమాయ్
మై భీ భూఖా నరహూ సాధు నభూఖాజాయ్

తా. స్వామీ! నా కుటుంబము జరుగుటకు తగినంత ధనము మాత్రమే నాకు యిమ్ము. కేవలము మేము ఆకలితో బాధపడకుండా, ఇంటికి వచ్చినవారు ఆకలితో పోకుండా ప్రసాదించు తండ్రీ! —కబీరు

ప్రశ్నోత్తరములు

ప్రశ్న : స్వామీ! దేశములో, గ్రామములో, గృహములో, మతములలో కలహములు, కొట్లాటలు జరుగుచున్నవిగదా! ఒకరిపై నొకరికి క్రోధము పుట్టుటకు కారణము లెవ్వి ?

సమా : శాశ్వత స్వరూపమైన పరమాత్మానందముపై విశ్వాసము లేకపోవుటచేతను, అశాశ్వతమైన దేహమే నే ననుకొనుటచేతను, నేను చెప్పినట్లు ఇతరులు నడువవలెనను కోరిక యుండుటచేతను, నాకు ఇష్టములేని పనులను ఇతరులు చేయుచున్నారని తీవ్రముగా భావించుటచేతను క్రోధము పుట్టుచుండును.

ప్రశ్న : క్రోధమును నశింప జేసికొనుటకు సాధన లెవ్వి!

సమా : ఈ దేహము చచ్చిపోవునదే యను విషయమును గుర్తులో నుంచుకొనవలెను.

మనము చేసిన పుణ్యము సుఖపెట్టుననియు, పాపము దుఃఖములు కలిగించుననియును మరువకుండవలెను.

శాంత మనెడి సుగుణమును, ఓర్పు యనెడి కవచమును ధరించి యుండవలెను.

సర్వదా 'శ్రీహరీ, శ్రీరామా, శివశివా' యని భగవంతుని స్మరించుచునే యుండవలెను.

ప్రతిదినము భగవద్గీతాది సద్గ్రంథములలోని ధర్మములను మననముచేయుచు నుండవలెను.

అత్యవసరమైన పని లేనిదే ఇతరుల దగ్గరకు వెళ్లకూడదు. మాట్లాడకూడదు.

ఉప్పు, కారము, పులుపు, చేదు, వగరు, వేడిమసాలా మొదలగు రాజస, తామసాహారములను అధికముగా భుజించకూడదు.

అన్యాయముగా సంపాదింపబడిన ఆహారాదివస్తువులను తాకరాదు.

గురువుపై, దేవునిపై పూర్ణవిశ్వాసము గలిగియుండవలెను.

క్రోధము నెట్లు జయించవలెను?

"వివేకేన జయేత్క్రోధమ్"

తా. క్రోధము నుంచుకొనుటవలన (క్రోధముతో వర్తించుటవలన) సుఖము కలుగునా, దుఃఖము కలుగునా యని విచారించుకొనవలెను. ఇట్లే, క్రోధమును చూపుటవలన పుణ్యము కలుగునా, పాపము కలుగునా యని విమర్శన చేసికొనవలెను. ఇట్లే, క్రోధముతో వర్తించినను మాట్లాడినను కీర్తి కలుగునా, అపకీర్తికలుగునా యని ఊహించుకొనవలెను. ఇట్లే క్రోధము ఆత్మగుణమా, అనాత్మగుణమా యని విచారించుకొనవలెను. మరియు క్రోధము వలన ఎంతమంది లోకములో (గ్రామములో) బాధలుపడుచున్నదియు గుర్తునకు తెచ్చుకొని యుండవలెను. కావున

విచారణచే క్రోధము జయింపబడునని (జయించవలెనని) నిశ్చయించుకొనవలెను.

"అక్రోధేన జయేత్క్రోధమ్"

తా. శాంతముతో క్రోధమును జయించవలెను.

"క్షమాగుణేన జయేత్క్రోధమ్"

తా. ఓర్పుతో (సహనముతో) క్రోధమును జయించవలెను. అందువలననే, క్రీస్తు నిన్ను ఇతరులు ఒక చెంపపై కొట్టినచో రెండవ చెంపనుకూడ చిమ్ముమని చెప్పెనుగదా!

"విశ్వప్రేమాత్ జయేత్క్రోధమ్"

తా. మానవాది సమస్తప్రాణులయందును ప్రేమ (సోదరభావము) గలిగియుండి క్రోధమును జయించవలెను.

ప్రేమ చల్లని పన్నీరు వంటిది. క్రోధము అగ్ని వంటిది. ప్రేమగలవానిని అన్ని జీవరాసులున్ను ప్రేమించి, ఆశీర్వదించును. క్రోధిని అన్ని జీవులున్ను శపించును.

క్రోధము గలిగినప్పుడు కలుగు వికారములు

క్రోధము కలిగినప్పుడు నెత్తురు ఉడుకును, కండ్లు ఎఱ్ఱబడును, శరీరమునకు బాగుగా వేడిఎక్కును, కాళ్లు చేతులు వణకును, పెదవులు కదలును, పిడికిలి ధరించును, నత్తిగా మాటలు వచ్చును, మాటలు తడబడును. మంచి చెడ్డలు తెలియనీయని గ్రుడ్డివానినిగా, చెవిటివానినిగా క్రోధము చేయును.

క్రోధము దుఃఖమును గలిగించును. మెదడును చెడగొట్టును.

క్రోధముగలవారు చేయుపనులు

క్రోధముగలవారు తమ సుఖమునకు తమ కోరికలకు భంగము గలిగించినవారిని కఠినముగా తిట్టుదురు. ఇతరుల వస్తువులను, పనులను, సుఖములను పాడుచేయుదురు. ఇతర మానవాది ప్రాణులను కొట్టెదరు, చంపెదరు. క్రోధముగల వారికి తల్లి, తండ్రి, బిడ్డలు, భార్య, భర్త, స్నేహితులు, బంధువులు, గురువు, దేవుడు యను విచక్షణాజ్ఞాన ముండదు. క్రోధముగల వారలలో కొందరు ఆత్మహత్యగూడ చేసికొనిరి.

" అశాంతస్య కుతస్సుఖమ్ "

తా. శాంతములేనివారికి సుఖమెక్కడిది ?

" తవ క్రోధం తవ శత్రవః "

తా. నీయొక్క క్రోధమే, నీకు శత్రువు యగును.

" కామాత్ క్రోధోఽభిజాయతే "

తా. కామము (కోరిక) నుండియే క్రోధము కలుగును.

" యతిః కోపీ చండాలః "

తా. మోక్షప్రాప్తికి యత్నము చేయుచున్నవానికి క్రోధము వచ్చినచో చండాలు డనబడును.

చతుర్విధ క్రోధులు

1. చెడుపనుల (విషయముల) లోనికి పోవుచున్న తమ మనో శరీర వాక్కులపై క్రోధము జూపువారు — ఉత్తములు.

2. ఇతరులను బాగుపరచుటకై క్రోధము చూపు వారు — మధ్యములు.

3. తమసుఖము కొరకై పరులపై క్రోధము చూపు వారు — అధములు.

4. అకారణముగా పరులపై క్రోధము చూపు వారు — అధమాధములు.

"క్రోధేన జ్ఞాన నాశనమ్"

తా. క్రోధమువలన వివేకజ్ఞానము నశించును.

కథ: ఒకఊరిలో వెంకమ్మ, పుల్లమ్మ యను ఇరువురు స్త్రీలు అపుడపుడు కలహించుకొనుచుండెడివారు. ఒకనాడు అతితీవ్రముగా పోట్లాడుకొని వెంకమ్మ పుల్లమ్మను కొట్టి పారిపోయి ఇంటిలోనికి వెళ్లి తలుపులు వేసికొనెను. అపుడు పుల్లమ్మ మిక్కిలి రోషముతో వెంకమ్మ తలుపులను గట్టిగా చేతులతో గుద్ది, కాళ్లతో తన్ని, కొంతసేపటికి అచటనే మరణించెను. ఇది క్రోధముయొక్క ఫలితమేగదా!

క్రోధమువలన రక్తము చలించును. కామమువలన వీర్యము చలించును. భయమువలన మలమూత్రములు చలించును.

క్రోధముచే లక్ష్మి భర్తయగు విష్ణువును చంపుకొనెను. (తరువాత హరి హయగ్రీవుడయ్యెను)

క్రోధముతో సతీదేవి దక్షుని అగ్నిగుండములో పడి మరణించెను.

క్రోధముతో సరస్వతీదేవి బ్రహ్మసభకు తాను వచ్చినపుడు అందరూ లేచినప్పటికిని బృహస్పతి లేవనందున భూలోకములో భోజరాజుగా పుట్టునట్లు చేసెను.

క్రోధము తెచ్చుకొని భర్తృహరి తనభార్యను చంపించుకొనెను.

విశ్వామిత్రుడు, దుర్వాసుడు క్రోధవశులై అపకీర్తి పాలైరి.

క్రోధము యొక్క వివరణ

క. కోపము చీకటికూపము
కోపము పాపముల కాదిగురువగు హింసా
రూపము కోపము గావున
గోపింపంగూడ దేరి కొరకైన సఖా.—దేవీభాగవతం

శ్లో. క్రోధమూలో మనస్తాపః, క్రోధ స్సంసారబంధనమ్
ధర్మక్షయకరః క్రోధ స్తస్మాత్ క్రోధం పరిత్యజ ॥

తా. క్రోధము మనోదుఃఖమునకు (క్లేశమునకు) కారణమగును. క్రోధము సంసారబంధమగును. క్రోధము ధర్మగుణమును నశింపజేయును. అందువలన క్రోధమును వదలిపెట్టుము.

శ్లో. క్రోధోహినాశయేచ్ఛ్రేయ స్తప ఏవ చ సంశయః
సర్వనాశకర స్తస్మాత్, క్రోధం తత్ర వివర్జయేత్.

తా. క్రోధము ఆత్మశ్రేయస్సును, తపశ్శక్తిని నశింప జేయును సందేహము లేదు. అందువలన సర్వమును నశింప జేయునట్టి క్రోధమును ఇచట (ఈజన్మలోనే) వదలివేయ వలెను.

శ్లో. క్రోధమూలో వినాశోహి, ప్రజానామిహదృశ్యతే
క్రుద్ధః పాపం నరః కుర్యాత్, క్రుద్ధోహన్యాత్ గురూనపి.

తా. జీవుల వినాశమునకు క్రోధము మూలకారణ మగును. క్రోధమువలన మానవుడు పాపకార్యముల జేయును. క్రోధి (ఇతరులనేగాక) గురువునుకూడ చంపును.

శ్లో. క్రుద్ధః పరుషయావాచా, శ్రేయసోఽప్యవమన్యతే
వాచ్యావాచ్యాన్ హి కుపితో న ప్రజానాతి కర్హిచిత్.

తా. క్రోధి కఠినవాక్యములతో మంచివానినికూడ మానభంగము గావించును. క్రోధికి పలుకదగినవేవో, పలుకకూడనివేవో ఒకప్పుడున్నూ తెలియదు.

శ్లో. నకార్యమస్తి క్రుద్ధస్య, నవాచ్యం విద్యతే తథా
హింస్యాత్ క్రోధాదవధ్యాంస్తు, వధ్యాన్ సమ్పూజయేత చ.

తా. క్రోధికి చేయరాని కార్యము లేదు. పలుకని వాక్యములు లేవు. క్రోధమువలన చంపకూడనివారిని చంపును. చంపదగినవారిని పూజించును.

శ్లో. ఆత్మానమపిచ క్రుద్ధః, ప్రేరయే ద్యమసదనమ్
క్రుద్ధోహి కార్యం సుశ్రోణి నయథావత్ ప్రపశ్యతి.

తా. క్రోధి తనంతటతానే యమలోకమార్గమందు ప్రవేశించును. క్రోధాంధుడు ఏ కార్యమునకు ఎట్టి ఫలము గలుగునో తెలిసికొనజాలడు. మర్యాదను కాపాడుకొన వలెనను విషయమును క్రోధవంతులు దృష్టిలో నుంచు కొనలేరు.

శ్లో. లోభాత్క్రోధః ప్రభవతి, పరదోషై రుదీర్యతే
క్షమయాతిష్ఠతే రాజన్ క్షమయా వినివర్తతే.

తా. లోభమువలన క్రోధము పుట్టును. ఈ క్రోధము పరులలోగల దోషములను వర్ణించుచుండుటవలన వృద్ధి యగును. ఈ క్రోధము ఓర్పువలన బంధింపబడి నశించును.

ఓర్పుగలచోట నారదునివంటివాడుకూడ తగాదాలు పెట్టలేడు. భగవన్నామస్మరణ జరుగుచోట శనిదేవత నివసించడు అని పెద్దలు చెప్పిరిగదా!

క్రోధముపై క్రోధము చూపుము

శ్లో. అపకారిణి కోపశ్చేత్ కోపే కోపః కథంనతే
ధర్మార్థకామమోక్షాణాం, ప్రసహ్యాపరిపంథిని.

తా. ఓ సోదరా! నీవు అపకారముచేసినవానిపై క్రోధము చూపునట్లు అశాంతి గలిగించునట్టి క్రోధముపై నీవు కోపమును చూపవేమి? ఈ కోపము నీయొక్క ధర్మార్థ కామమోక్షములనెడి పురుషార్థములను చెరిపివేయుచున్నది.

నీలో పుట్టిన అజ్ఞాన కోపము నీకు మహా అపకారము చేయుచున్నది గాన ఈ కోపముపై కోపమును చూపి విలయమొందించుకొనుము.

క్రోధనిగ్రహశాలే పురుషుడు

శ్లో. యస్సముత్పతితం క్రోధం, క్షమయైవ నిరస్యతి
యథోరగ స్త్వచంజీర్ణాం, సవై పురుషఉచ్యతే.

తా. పాము జీర్ణమైన కుబుసమును వదలివేసినట్లుగా ఎవడు ఉబికి వచ్చుచున్న క్రోధమును ఓర్పు (క్షమ) చేత నిగ్రహింపజేసికొనగలడో వాడే పురుషు డను పదమునకు అర్హుడనబడును.

నిజమైన సారథి ఎవడు?

"యోవే ఉత్పతితం క్రోధం, రథంభ్రాన్తమివదారయేత్
తమహం సారథిం బ్రవీమి రశ్మిగ్రాహ ఇతరో జనః ॥

తా. కదలుచున్న రథమును ఆపునట్లు, ఉత్పన్నమైన (పుట్టిన) క్రోధమును నిగ్రహించువాడే నిజమైన సారథి యని నేను తలంచెదను. తక్కినవారు కేవలము వాహనము కళ్లెములను మాత్రము గ్రహించినవారగుదురు.

— శ్రీ బుద్ధుడు

క్రోధము లేనివారే తేజోవంతులు

శ్లో. తేజస్వీతి యమాహుర్వై పండితాదీర్ఘదర్శినః
నక్రోధోఽభ్యంతర స్తస్య భవతీతి వినిశ్చితమ్.

శ్లో. యస్తు క్రోధం సముత్పన్నం, ప్రజ్ఞయోపేతబాధతే
తేజస్వినంతం విద్వాంసో, మన్యంతే తత్త్వదర్శినః.

తా. దీర్ఘదర్శులగు పండితులు చెప్పుచుండునట్టి తేజోవంతుల హృదయములలో క్రోధమనునది యుండదు. ఇది నిశ్చయము.

తా. ప్రజ్ఞచేత క్రోధమును వశపరచుకొనినవానినే తేజస్వియని తత్త్వదర్శకులగు పండితులు తలంతురు.

క్రోధము శాంతముతో యుద్ధము చేయుటకు వెళ్ళి అపజయమొందుట

శ్లో. క్రుద్ధేస్మేర ముఖావధారణ మధావిష్టే ప్రసాదక్రమో
వాక్రోశే కుశలోక్తి రాత్మదురితచ్ఛేదోత్సవస్తాడనే
ధిగ్ఘంతో రజితాత్మనోఽస్యమహతీ దైవాదుపేతావిపత్
దుర్వారేతి దయారసార్ద్రమనసాం క్రోధస్య కుత్రోదయః.

తా. క్రోధము శాంతము దగ్గరకు రాగా, శాంతము చూచి చిరునగవు నవ్వుచుండెను. పిమ్మట క్రోధమునకు ఆవేశమై కండ్లు మొగమును ఎఱ్ఱబడెను. అపుడు శాంతము, 'క్షేమస్తు' అని దీవించెను.

పిమ్మట క్రోధము కఠినవాక్యములనెడి తన పరివారముతో ముట్టడించెను. (అనగా పలురకములుగా దూషణలు చేసెను) అపుడు శాంతము 'క్షేమమా' యని అడిగెను. అపుడు క్రోధము కొట్టుచుండెను. వెంటనే శాంతము

'నా పాపమంతయు నశించిన'దని ఆనందముతో నృత్యము చేసెను. అంతలో క్రోధము ఇంద్రియ పరివారమును నిగ్రహించలేక పరాజయము నొందెను.

శాంతముగలవారే శ్రేష్ఠులు

శ్లో. మాతరీ వశమంయాంతి, విషమాణి మృదూని చ
విశ్వాస మిహ భూతాని, సర్వాణి శమ శాలినః.

తా. లోకములో కఠినులు, సజ్జనులు కూడ ఏ ప్రకారముగా తల్లియందు విశ్వాసము గలిగియుందురో, ఆ ప్రకారముగ శాంతస్వరూపులయందు సమస్త భూతములున్ను విశ్వాసము (ప్రేమ) గలిగియుండును.

శ్లో. తపస్విషు బహుజ్ఞేషు, యాజకేషు నృపేషు చ
బలవత్సుగుణాఢ్యేషు, శమవానే విరాజతే.

తా. తపస్సుచేయువారి యందు, సకలశాస్త్ర పాండిత్యముగలవారి యందు, యాగాది పుణ్యకార్యముల జేసినవారి యందు, మహారాజుల యందు, బలవంతుల యందు, సద్గుణవంతుల యందును శాంతముగలవాడే అధికముగా ప్రకాశించును. (జీవన్ముక్తి ప్రకాశిక)

ఉత్తమాది క్రోధములు

శ్లో. ఉత్తమే క్షణ కోపస్స్యాత్, మధ్యమే ఘటికాద్వయం
అధమే స్యాదహోరాత్రం, పాపిష్ఠే మరణాంతకమ్.

తా. ఉత్తములకు కోపము వచ్చినను క్షణకాలము మాత్రమే యుండి నీటిపై వ్రాతవలె పోవును. మధ్యముల

కోపము రెండు ఘడియల కాలముండును పాపాత్మునకు వచ్చిన క్రోధము చంపువరకు లేక చచ్చువరకు నుండును.

సాధువుల కోపము

శ్లో. సాధోః ప్రకుపితస్యాపి, మనో నాయాతి విక్రియామ్
నవాతాపయితుం శక్యం, సాగరాం భ స్తృణోల్కయా.

తా. సాధువులు, కోపపూరితులైనను కూడ వారి చిత్తము వికృతము కాజాలదు. సముద్రజలమును తృణాగ్నిహోత్రము ఉష్ణము చేయజాలదు గదా!

జ్ఞానికి కామ క్రోధము లుండవు

శ్లో. బ్రహ్మాది స్థావరాంతేషు, ప్రాణినో మేవపుస్మృతా
కామ క్రోధా దయో దోషో, జాయే రన్మేకుతోఽన్యతః.

తా. బ్రహ్మదేవుడు మొదలుకొని చిన్నగడ్డిపరక వరకునుగల సమస్తప్రాణి సమూహమును నా శరీరమే. ఇక నాకు కామ క్రోధాదులు ఎవరిని గురించి గలుగును ?

శ్లో. రిపౌ బంధౌ స్వదేహేచ, సమైకాత్మ్యం ప్రపశ్యతః
వివేకినః కుతః కోప స్స్వదేహావయ వేష్వివ.

తా. శత్రువునందు, బంధువునందు, తనదేహమందును సమానముగా పరమాత్మ (పరబ్రహ్మము) యున్నదని చూచుచున్న వివేకజ్ఞానికి తన దేహమందువలె ఇతరులపై క్రోధ మెట్లు గలుగును ? కలుగదనుట.

ధన్యులెవరు?

శ్లో. ధన్యాస్తే పురుషశ్రేష్ఠా యే బుద్ధ్యాకోపముత్థితమ్
నిరుంధంతి మహాత్మానో దీప్త మగ్నిమివాంభసా.

తా. జ్వలించు అగ్నిని నీటిచే చల్లార్చునట్లు క్రోధము పుట్టగానే దానిని వివేచనాబుద్ధితో అణగద్రొక్కువారే శ్రేష్ఠులు, ధన్యులు అనబడుదురు.

ప్రపంచము ఒక అద్దము వంటిది. నీవు నవ్వినచో అది నవ్వును. నీవు కోపగించినచో అదికూడ కోపము చూపును అని సాధువు చెప్పెను.

వాక్కుల ఫలితములు

శ్లో. రోహతే సాయకై ర్విద్ధం, వనం పరశునాహతమ్
వాచా దురు క్తయా విద్ధం న సంరోహతి వాక్ క్షతమ్.

తా. బాణముచేత దెబ్బతినినను లేక, గొడ్డలిచేత నరుకబడినను కూడ వృక్షము తిరిగి చిగుర్చును. కాని దుర్వాక్య (కఠినవాక్య) క్షతమైన హృదయము తిరిగి స్వస్థతపడదు.

శ్లో. మృదునా దారుణం హంతి, మృదునా హంత్యదారుణం
నాసాధ్యం మృదునా కించి త్తస్మా త్తీవ్రతరం మృదు॥

తా. మృదుత్వముచే, కఠినత్వము నశించును. మృదుత్వముచే మృదుత్వము కూడవశమగును. మృదుత్వమునకు (ప్రేమ వర్తనకు) సాధ్యముకాని కార్యము ఏదియు లేదు. అందుచే కఠినత్వముకంటె మృదుత్వము బలవత్తరమైనది.

శ్లో. ప్రియవాక్యప్రవాదేన, సర్వేతుష్యంతి జంతవః
తస్మాత్తదేవ వక్తవ్యం, వచనేకా దరిద్రతా.

తా. ప్రియముగా మాట్లాడుటవలన అన్ని జంతువులును సంతోషించుచుండును. అందువలన మనము మృదువుగానే మాట్లాడుచుండవలెను. ప్రియముగా పలుకుటకుగాను శక్తి లేకుండుట యనెడి దరిద్రము లేదుగదా!

శ్లో. జిహ్వాగ్రే వర్తతే లక్ష్మి, ర్జిహ్వాగ్రే మిత్ర బాంధవాః
జిహ్వాగ్రే బంధన ప్రాప్తిః, జిహ్వాగ్రే మరణం ధ్రువమ్.

తా. ప్రియమైన వాక్కునందు భాగ్యలక్ష్మి నివసించును. ప్రియవాక్కులందే మిత్రులున్ను, బంధువులున్ను కలరు. అప్రియవాక్కువల్ల బంధనము గలుగును. కఠిన వాక్కులవలన నిశ్చయముగా మరణముకూడ గలుగును.

వాచిక ధర్మములు

శ్లో. నచాత్మానం ప్రశంసేద్వా, పరనిందాంచ వర్జయేత్
వేద నిందాం దేవ నిందాం, ప్రయత్నేన వివర్జయేత్.

తా. తన్ను తాను పొగడుకొనకూడదు. పరులను నిందించ కూడదు. వేదశాస్త్రములను, దేవతలను, మహాత్ములను నిందించ కూడదు.

శ్లో. మావోచః పరుషం కించి దుక్తాః ప్రతివదేయస్త్వామ్
దుఃఖాహి సంరంభకథాః ప్రతిదండాః స్పృశేయుస్త్వామ్.

తా. పరుష (కఠిన) వాక్యముల బలుకకుము. పలికినచో నిన్నుగూర్చి యితరులున్ను అట్లనే పలికెదరు. దుష్ట

వచనములు దుఃఖమును కలిగించును. దుష్టవాక్యములు పలికినచో తిరిగి నీకు యితరులచే దెబ్బలు తగులును.

శ్లో. సచేత్ నేరయసి ఆత్మానం కాంస్య ముపహాతం యథా
ఏషప్రాప్తోఽసి నిర్వాణం సంరంభస్తే నవిద్యతే.

తా. విరిగిన గాజువలె నిశ్శబ్దముగ (మౌనముగ) నున్నచో నిర్వాణమును నీవు పొందినట్లే. అప్పుడు నీకు కలహమే యుండదు.

వచః ప్రకోపం రక్షేద్ వాచా సంవృతస్యాత్
వచో దుశ్చరితం హిత్వా వాచా, సుచరితంచ రేత్.

తా. వాక్చాపల్యమును వీడి వాక్సంయమనము గలిగియుండుము. వాచిక దుశ్చరితమును త్యజించి, వాచిక సుచరితమునే యాచరింపవలెను. — బుద్ధుడు

చేతితో కొట్టబడిన దెబ్బలు శరీరమునకు తగిలి కొన్నిరోజులకే బాధలు నివారణమగును. వాక్కుతో కఠినపుమాటలు, క్రోధోద్రేకముతో గూడిన పలుకులు హృదయమునకు గాయము గలిగించి అనేకసంవత్సరములు బాధపెట్టుచునే యుండును.

యో ముఖ సంయతో భిక్షుర్మంత్రభాణీ అనుద్ధతః
అర్థం ధర్మంచ దీపయతి మధురం తస్య భాషితమ్.

తా. వాక్కును స్వాధీనమందుంచుకొనినవాడును, బాగుగా విచారించి పలుకువాడును, గర్వములేనివాడును, ధర్మార్థములను ప్రకాశింపజేయువాడును అగువాని మాటలు మధురముగా నుండును. — బుద్ధుడు

శ్లో. నాన్నృతాత్పాతకం కించి న్నసత్యాత్సుకృతంపరం
వివేకాన్న పరోబంధు రితి వేద విదోవిదుః.

తా. అసత్యమునకు మించిన పాపము లేదు. సత్యమునకు మించిన పుణ్యము లేదు. వివేకజ్ఞానమునకు (బుద్ధికి) మించిన బంధువు లేదు. ఇట్లు వేదవేత్తలు చెప్పిరి.

"అభూతవాదీ నిరయ ముపేతి
యోవాऽపికృత్వానకరోమీతిచాహ" —బుద్ధుడు

తా. అబద్ధములాడువారు, చేసి చేయలేదని చెప్పువారును నరకమును పొందుదురు.

శ్లో. నాऽనిష్టంప్రవదేత్కశ్మిన్, నఛిద్రం కసలక్షయేత్
ఆజ్ఞాభంగస్తు మహతాం, రాజ్ఞః కార్యః నవై క్వచిత్.

తా. ఎవనివద్దను అపకారమైన మాటలు పలుకకుము, ఇతరుల లోపముల నెంచకుము. మహాత్ములయొక్క, రాజుయొక్క మాటలను మీరి నడువకుము.

శ్లో. ప్రియం తథ్యంచ పథ్యంచ, వదే ధ్ధర్మార్థమేవ చ
అశ్రద్ధేయ మధర్మం చ సరోక్షం కటుచోత్సృజేత్.

తా. ధర్మదృష్టితో హితకరములు, సత్యములు, ప్రయోజనకరములు నగు మాటలనే పలుకుము. అశ్రద్ధగా, అసభ్యముగా, కటువుగా నెన్నడును మాట్లాడవద్దు.

మౌన సమయములు

శ్లో. మేహనే మైథునే స్నానే భోజనే దంతధావనే
ఇజ్యాయాం సహాహోమేచ జపో మౌనం సమాచరేత్.

తా. మలమూత్రములను విడుచునపుడు, సంభోగ సమయమున, స్నానము చేయునపుడు, భోజనము చేయు

నపుడు, దంతములను శుభ్రపరచునపుడు, పూజ, యజ్ఞము (హోమము) జపమును చేయుచుండునపుడును మౌనముగా నుండవలయును.

మనశ్శాంతియోగము

శ్లో. యస్యచిత్తం నిర్విషయం, హృదయం యస్య శీతమ్
తస్య మిత్రం జగత్సర్వం, తస్యముక్తిః కరస్థితా.

తా. ఎవని మనస్సు (హృదయము) ప్రేమతో చల్లదనము నొందియుండునో, ఎవని చిత్తము నిశ్చింతగా నుండునో అతనికి జగమంతయు స్నేహము గలిగియుండును. అతనికి మోక్షము చేతిలోని పండుగా నుండును.

— భారతం, శాంతిపర్వము

శ్లో. అంత శ్శీతలతాయాంతు, లబ్ధాయాం శీతలంజగత్
అంత స్తృష్ణోప తప్తానాం, దావదాహమయం జగత్.

తా. హృదయము (మనస్సు) ప్రశాంతముగా (చల్లగా) నున్నచో జగముకూడ చల్లగా నున్నట్లు కనబడును. హృదయము అశాంతితో మండుచున్నచో జగముకూడ మంటలు మండుచున్నట్లు కనబడును.

— వాసిష్ఠం

మనస్సనగానేమి?

"సంకల్ప వికల్పాత్మకం మనః."

తా. సంకల్పము, వికల్పమును మనస్సనబడును.

వి. వస్తువును గురించిగాని, శబ్దమును గురించిగాని, క్రియలను గురించిగాని కలిగిన తలంపే సంకల్పము. అది అగునా, కాదా యను సందేహమే వికల్పము.

"చిత్త మాశాభిధానం హి."

తా. ఆశయే చిత్తమనబడును.

శ్లో. స్మరణం విది సంకల్పం, శివ మస్మరణం విదుః
తత్ర ప్రాగనుభూతంచ, నానుభూతంచ భావ్యతే.

తా. తలంపే సంకల్ప మనియు, సంకల్పము లేకుండుటయే బ్రహ్మస్వరూప మనియు నెరుంగుము. జనులకు పూర్వము అనుభవించిన విషయ సంకల్పములు, పూర్వము అనుభవించని కల్పిత విషయ సంకల్పములు అను రెండు తరగతుల సంకల్పములు వచ్చుచుండును. — వాసిష్ఠం

శ్లో. ప్రాకృతం గుణ సంభారం, మమేతి బహు మన్యతే
సుఖ దుఃఖా ద్యవష్టబ్ధం, విద్యమానం విదో విదుః.

తా. సుఖ దుఃఖాదులకు కారణములై వర్తించు సత్త్వ రజ స్తమో గుణాత్మక ప్రకృతి సంబంధములైన రాగ ద్వేషాది గుణములను తనవిగా అభిమానించు శక్తిని మనస్సని చెప్పుదురు. — జీవన్ముక్తి ప్రకాశిక

శ్లో. కామసంకల్పో విచికిత్సా, శ్రద్ధాఽశ్రద్ధాధృతి
రధృతిః హ్రీర్ధీర్భీ రిత్యే తత్సర్వం మన ఏవ.

తా. కామము, సంకల్పము, సంశయము, శ్రద్ధ, అశ్రద్ధ, ధైర్యము, అధైర్యము, లజ్జ, వివేకజ్ఞానము (విచారణ), భయమును - ఈ సర్వవృత్తులును మనస్సే యగును. — చాందోగ్యోపనిషత్తు

శ్లో. మన ఏవ జగత్సర్వం, మన ఏవ మహా రిపుః
మన ఏవ హి సంసారో, మన ఏవ జగత్రయమ్.

శ్లో. మన ఏవ మహద్దుఃఖం, మన ఏవ జరాదికం
మన ఏవ హి కాలశ్చ, మన ఏవ మలం తథా.

శ్లో. మన ఏవ హి సంకల్పో, మన ఏవ హి జీవకః
మన ఏవ హి చిత్తంచ, మనోహంకార ఏవచ.
శ్లో. మన ఏవ మహాన్బంధో, మనోంతఃకరణంచ తత్
మన ఏవ హి భూమిశ్చ, మన ఏవ హి తజ్జలమ్.
శ్లో. మన ఏవ హి తేజశ్చ, మన ఏవ మరున్మహాన్
[illegible] ఏవ హి చాకాశో, మన ఏవ హి శబ్దకః.
శ్లో. స్పర్శ రూప రసగంధాః, కోశా పంచ మనోభవాః
జాగ్రత్స్వప్న సుషుప్త్యాది, మనోమయ మితీరితమ్.

తా. ఈ జగమంతయు మనస్సే. మనస్సే మహాశత్రువు. మనస్సే సంసారము. మూడు లోకములున్ను మనస్సే.

మనస్సే మహాదుఃఖము. మనస్సే బాల్యయౌవన కౌమార వార్ధక్యములు. మనస్సే కాలము. మనస్సే పాపము (మలము).

మనస్సే సంకల్పము. మనస్సే జీవుడు. మనస్సే చిత్తము. మనస్సే అహంకారము.

మనస్సే మహాబంధము. మనస్సే శరీరము లోపలనున్న యింద్రియము.

మనస్సే భూమి. మనస్సే జలము. మనస్సే అగ్ని. మనస్సే గాలి. మనస్సే ఆకాశము. మనస్సే శబ్దము.

శీతోష్ణాది స్పర్శలు, తెలుపు, నలుపు, పసుపు, ఎరుపు మొదలగు రూపములను చూచునది, తీపి, ఉప్పు, కారము, చేదు, వగరులను చూచునది, మంచివాసన, చెడువాసనల జూచునదియు మనస్సే. అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ కోశములున్ను మానసిక కల్పనలే. జాగ్రదవస్థ, స్వప్నావస్థ, సుషుప్తి అవస్థయు మనోమయములే యని చెప్పబడును. — తేజోబిందూపనిషత్తు

శ్లో. జాయతే మన ఏ వేహా, మన ఏవ వివర్ధతే
సమ్యగ్దర్శన దృష్ట్వాతు, మన ఏవ హి ముచ్యతే.

తా. పుట్టునది మనస్సే. పెరుగునది మనస్సే. ఆత్మతత్త్వజ్ఞానమును సంపాదించుకొని మోక్షసుఖము నొందునదియు మనస్సే యగును.

శ్లో. ఘోరంజాగ్రన్మయం చిత్తం, శాంతం స్వప్నమయంస్థితం
మూఢం సుషుప్త భావస్థం, త్రిభి ర్హీనం మృతం భవేత్.

తా. జాగ్రదవస్థయందున్న మనస్సుపేరు ఘోరము. స్వప్నములను కనుచున్న మనస్సుపేరు శాంతము. నిద్రలో (సుషుప్తి) నున్న మనస్సుపేరు మూఢము. ఈ మూడు అవస్థలను పొందని మనస్సుపేరు మృత మనబడును. ఈ మనస్సే బ్రహ్మజ్ఞానులకుండును. అనగా బ్రహ్మానుభవముగల వారికి అవస్థాత్రయ భేదము లుండవు.

శ్లో. మనః కరోతి కర్మాణి, మనో లిప్యేత పాతకైః
మన ఏవో న్మనీ భూత్వా, పాపపుణ్యైన లిప్యతే.

తా. పనులను చేయునది మనస్సే, పాపదోషములచే అంటబడునది మనస్సే. నిర్గుణ (నిర్వికల్ప) సమాధిని సమకూర్చుకొని పుణ్య పాప దోషములనుండి విముక్తి నొంది మరల అంటక నుండునదియు మనస్సే యగును.

శ్లో. యావద్బుద్ధి వికారేణ, ఆత్మతత్త్వం నవిందతి
యావదజ్ఞాన జాడ్యా సస్తావ చ్చిత్తం స్థిరం నహి.

తా. ఎంతవరకు బుద్ధి వృత్తులు (మనోసంకల్పములు) ఉండునో అంతవరకును ఆత్మ స్వరూపతత్త్వము తెలియ బడదు, పొందబడదు. ఎంతవరకు హృదయములో అజ్ఞాన దోషముండునో అంతవరకును మనస్సు నిశ్చలముగా నుండదు.

— ఆనందలహరి

శ్లో. మాయా బ్రహ్మోపగతాఽవిద్యా జీవాశ్రయా ప్రోక్తా
చిదచి ద్గ్రంధి శ్చేత స దక్షయం జ్ఞేయ మా మోక్షాత్.

తా. త్రిగుణాత్మిక మూల ప్రకృతి బ్రహ్మముతో కలిసి యున్నపుడు మాయ యనబడును. జీవునితో కలిసి యున్నపుడు అవిద్య (అజ్ఞానం) అనబడును. చైతన్యము, జడమును కలిసి చిత్తమనబడుచున్నది. కైవల్యమోక్షము కలుగు వరకును చిత్తవృత్తులు నశించవు.

— ప్రబోధ సుధాకరము

శ్లో. తావవన్నిశీధ వేతాళావల్లంతి హృది వాసనా
ఏకతత్త్వ దృఢాభ్యాసా, ద్యావన్నవిజితం మనః

తా. ఆత్మస్వరూపమును ధ్యానించుచున్నప్పటికిన్ని మనస్సు పూర్తిగా స్వాధీనము కానంతరకును, అర్ధరాత్రు లందు పిశాచములు తిరుగుచుండునట్లు హృదయములో విషయవాసనలు నాట్యము చేయుచునే యుండును.

— వాసిష్ఠం

శ్లో. మనో హి ద్వివిధం ప్రోక్తం, శుద్ధం చాశుద్ధమేవచ
అశుద్ధం కామసంకల్పం, శుద్ధం కామవివర్జితమ్.

తా. మనస్సు శుద్ధ మనస్సనియు, అశుద్ధ మనస్సనియు రెండు విధములుగా నుండును. శుద్ధ మనస్సు కోరిక రహిత ముగా నుండును. మలిన మనస్సు కోరికలతో చంచలముగా నుండును.

శ్లో. మన యేవ మనుష్యాణాం, కారణం బంధమోక్షయోః
బంధాయ విషయాసక్తం, ముక్త్యై నిర్విషయం స్మృతమ్.

తా. మానవులకు బంధము కలుగుటకును, మోక్షము కలుగుటకును కారణము మనస్సే యగును. శబ్దాది విషయములపై ఆసక్తి యున్నంతవరకు బంధము (దుఃఖము)

కలుగును. ఏ యాసక్తియు లేని మనస్సు మోక్షసుఖము గలిగించును.

శ్లో. చిత్తమేవ హి సంసారో, తత్ప్రయత్నేన శోధయేత్
యచ్చిత్త స్తన్మయో మర్త్యో గుహ్యామే తస్సనాతనః.

తా. చిత్తచలనమే సంసారము. అందువలన ప్రయత్న పూర్వకముగా చిత్తనిగ్రహము కొరకు విచారణ చేయుచుండ వలెను. చిత్త మెట్లుండునో మానవుడు కూడ అట్లే యగు చున్నాడు. ఇది సనాతన ధర్మము. — మైత్రే యుపనిషత్తు

చిత్తనిగ్రహము కష్టసాధ్యము

శ్లో. కపిరపి చ కాపి శాయన, మదమత్తో వృశ్చికేన సందష్టః
అపి చ పిశాచగ్రస్తః కిం బ్రూమ స్తస్య వైచిత్ర్యమ్.

తా. అసలే కోతి చంచలమైనది. అది కల్లు త్రాగి నది. దానికి తేలు కుట్టినది. ఇదియు చాలక దయ్యముకూడ పట్టినది. అట్టి కోతి చాంచల్య మెట్లుండునో మనశ్చాంచ ల్యము కూడ నట్లే యుండును. ఈవిషయము పరమాత్మ యందు మనస్సును నిశ్చలముగా నుంచుటకు ప్రయత్నించు చున్న సాధనపరులకే తెలియును.

శ్లో. అప్యబ్ధి పానాన్మహతః, సుమే రున్మూలనా దపి
అపివహ్న్యశనా త్సాధో విషమశ్చిత్తనిగ్రహః.

తా. సామ్యుడా, సముద్రజలము నంతను త్రాగ వచ్చును. గొప్పదగు మేరుపర్వతమును మూలముతో సహా పెరికివేయ వచ్చును. గొప్ప అగ్నిని మ్రింగవచ్చును. కాని చిత్తముయొక్క చాంచల్యమును నిగ్రహించుట మాత్రము బహుకష్టసాధ్యము.

మనోజయముగల్గుసాధన

ఆ. తిరుగ వలయు మనసు తిరిగిన వరకును
తిరిగినట్టి మనసు విరుగవలయు
తిరిగి విరిగెనేని దేవుడు తా నయా
విశ్వదాభిరామ వినుర వేమ.

శ్లో. మనోవ్యాధే శ్చికిత్సార్థ ముపాయం కథయామి తే
యద్యత్స్వాభిమతం వస్తు తత్త్యజన్ మోక్షమశ్నుతే.

తా. మనశ్చలనమనెడి మనోవ్యాధికి నివారణోపాయము చెప్పెద. నీకు ఏ యే నామరూప విషయములందు ప్రీతి, మమకారము కలదో ఆ యా విషయములను వదలి వేయుము. మోక్షసుఖము పొందెదవు.

శ్లో. మనసైవ మనచ్ఛిత్వా, పాశం పరమబంధనమ్
భవా దుత్తారయాత్మానం, నాసా వన్యే నతార్యతే.

తా. మనస్సునందున్న అజ్ఞాన (సంసార) పాశబంధమును వివేకముతో గూడిన మనస్సుతోనే నరికి, సంసారసాగరమునుండి తన్ను ఉద్ధరించుకొనవలెను. ఇతరు లెవ్వరున్ను తన్ను తరింపజేయు లేరు. — వాసిష్ఠం

శ్లో. ప్రాణస్పంద నిరోధా త్సంగా ద్వాసనాత్యాగాత్
హరిచరణ భక్తియోగాన్మనః, స్వవేగం జహాతి.

తా. ప్రాణాయామముచేతను (అనగా, శ్వాస నిశ్వాసలపై దృష్టి నిలుపుటచేత), సజ్జన సాంగత్యముచేతను, విషయవాసనలను వదలుటచేతను, భగవంతుని ఎడ తెగకుండ స్మరించుచుండుటచేతను మనశ్చాంచల్యమును జయింపవచ్చును (జయించవలెను). — ప్రబోధసుధాకరము.

చిత్తజయోపాయక్రమము

శ్లో. చిత్తస్య భోగైః ద్వౌభాగౌ, శాస్త్రేణైకం ప్రపూరయేత్
గురుశుశ్రూషయా భాగమప్యుత్పన్నస్య సత్క్రమ్.

శ్లో. కించిద్వ్యుత్పత్తియుక్తస్య భాగం భోగైః ప్రపూరయేత్
గురుశుశ్రూషయా భాగౌ, భాగం శాస్త్రార్థచింతయా.

శ్లో. వ్యుత్పత్తి మనుయాతస్య, పూరయేచ్చేతసోఽన్వహం
ద్వౌ భాగౌ శాస్త్రవైరాగ్యైః, ద్వౌ ధ్యానగురుపూజయా.

తా. ఇపుడు చంచలమైన మనస్సును స్వాధీనము చేసికొను ఉపాయక్రమమును చెప్పెద.

నీవు అధమ (తమోగుణ) తరగతిలో నున్నయెడల రెండువంతులకాలము విషయభోగములతోను, ఒకవంతు భాగము శాస్త్ర పఠన శ్రవణ చింతనతోను, ఒకవంతు భాగము దైవపూజ గురుసేవలతోను కాలము గడుపుము.

నీవు మధ్యమతరగతి (రజోగుణ తరగతి) లో నున్నయెడల ఒకవంతు కాలము భోగములతోను, రెండు వంతులకాలము గురుదేవుల సేవ పూజలతోను, ఒకవంతు కాలము శాస్త్ర ధర్మచింతనతోను కాలము గడుపుము.

నీవు ఉత్తమ (సత్త్వగుణ) తరగతిలో నున్నయెడల ఇంద్రియవిషయభోగవాంఛను పూర్తిగా త్యాగముచేసి శాస్త్ర చింతన వైరాగ్యములతో రెండువంతుల కాలమును, గురుసేవ పరమాత్మ ధ్యానములతో తక్కిన రెండు వంతుల కాలమును గడుపుచుండుము. ఇట్లు చేయుచున్నయెడల తప్పక మనస్సు పూర్తిగా స్వాధీన మగును. ఆత్మానుభవము స్థిరపడును.

— వాసిష్ఠం

శ్లో. బాహ్యాచింతా నకర్తవ్యా, తథైవాంతరచింతనం
సర్వచింతాం పరిత్యజ్య, నకించి దపి చింతయేత్.

తా. వెలుపలి విషయములను చింతన చేయకూడదు. ఇట్లే హృదయములో పుట్టిన విషయములను చింతన చేయకూడదు. సర్వచింతలను త్యజించి యితర విషయములను కొంచెముగానైనను చింతించగూడదు.

మనశ్శాంతికి సాధనలు

శ్లో. ఏకాంతవాసో లఘు భోజనాది
మౌనం నిరాశా కరణావరోధః
మునే రసో స్సంయమనం షడేతే
చిత్త ప్రసాదం జనయంతి శీఘ్రమ్.

తా. 1. ఒంటరిగా నివసించుట 2. మితముగా సాత్త్వికాహారమును భుజించుట 3. మౌనముగా నుండుట 4. దేనియందును ఆశ లేకుండుట 5. ఇంద్రియములను స్వేచ్ఛగా విషయములలోనికి పోనీయక నిరోధించుట 6. ప్రాణవాయువును మితముగా నడిపించుట యను నీ యారింటి వలన మనస్సు తొందరగా ప్రశాంతి నొందును.

మనశ్శాంతిని చెడగొట్టునవి ఆరు

శ్లో. అత్యాహార ప్రయాసశ్చ, ప్రజల్పో నియమాగ్రహః
జన సంగశ్చ లౌల్యంచ, షడ్భిర్యోగో వినశ్యతి.

తా. 1. అధికముగా భోజనము చేయుట 2. ఆయాసముగల్గు పనులు జేయుట 3. అధికముగా మాట్లాడుట 4. సమయానుకూలముగా లభించిన వాటితో తృప్తి నొందకుండుట 5. జనసంగమందుండుటయందాసక్తి 6. చూడ

బడిన, వినబడిన విషయములకు లోబడుటయు అను ఈ యారున్ను మనశ్శాంతిని చెడగొట్టును.

మనోజయముచే గల్గు ప్రయోజనము

శ్లో. చిత్తస్య విజితం తేన, హంతీ కర్మ శుభాఽశుభమ్
ప్రసన్నాత్మాత్మని స్థిత్వా, సుఖ మవ్యయ మశ్నుతే.

తా. చిత్తమును జయించిన యెడల పుణ్యాపాపములు రెండును నశించును. ఆత్మస్థితియందే సంతోషించుచున్న వాడై అక్షయసుఖము నొందుచున్నాడు. మనోజయము గలవారే మహాత్ములు. — రాజయోగరత్నాకరము

అంతఃకరణ మన నేమి?

శ్లో. సంకల్పాన్మన ఇత్యాహు ర్బుద్ధి రర్థస్య నిశ్చయాత్
అభిమానా దహంకార శ్చిత్త మర్థస్య చింతనాత్.

తా. సంకల్పించునపుడు మనస్సనియు, సంకల్పింపబడిన విషయమును నిశ్చయించునపుడు బుద్ధియనియు, నేను అని అభిమానించునపుడు అహంకారమనియు, విషయములను చింతించునపుడు చిత్తమనియును చెప్పబడును.
— శంకరులు

సర్వమును అంతఃకరణ భాగములే

శ్లో. భవత్యఖిల జంతూనాం, యదంతస్సద్బహిస్థితం
ద్యౌః క్షమా వాయురాకాశం, పర్వతాః సరితో దిశః
అంతఃకరణ తత్వస్య భాగా బహిరవస్థితాః.

తా. సమస్తమైన ప్రాణికోటికి అంతఃకరణమందు ఏది కలదో అదియే వెలుపల కనబడుచున్నది. కావున అంతఃకరణముయొక్క భాగములే (మనస్సుయొక్క భాగములే) స్వర్గము, భూమి, వాయువు, అంతరిక్షము,

పర్వతములు, నదులు, దిక్కులున్నై వెలుపల నున్నవని తెలియవలయును.

శ్లో. ఇదం ప్రపంచం నాస్త్యేవ, నోత్పన్నం నోస్థితం క్వచిత్
చిత్తం ప్రపంచ మిత్యాహు ర్నాస్తి నాస్త్యేవ సర్వదా.

తా. ఈ కనబడు ప్రపంచము లేనిదే, పుట్టనేలేదు. ఉండుట యనునది కొంచెముకూడ లేదు. చిత్తమే ప్రపంచము. ఎన్నడును ప్రపంచము ఉండునదికాదు. లేనిదే రజ్జు సర్ప న్యాయమురీతిగా భ్రమవలన కనబడుచున్నది. విచారణ చేసినచో కనబడదు.

శ్లో. చిత్తం కారణ మర్థానాం, తస్మిన్ సతి జగత్రయమ్
తస్మిన్ క్షీణే జగత్క్షీణం తచ్చికిత్స్యం ప్రయత్నతః.

తా. అన్ని అనర్థకములకును చిత్తమే కారణ మనబడును. చిత్తమున్నంతవరకు మూడు లోకములునుండు (కనబడు)ను. చిత్తము నశించినచో జగత్రయము నశించును. కనుక చిత్తము నశించుటకొరకు ప్రయత్నించుచుండవలయును.

శ్లో. దానం స్వధర్మో నియమో యమశ్చ
శ్రుతాని కర్మాణి చ సద్వ్రతాని
సర్వే మనోనిగ్రహ లక్షణాంతాః
పరోహి యోగో మనస స్సమాధిః.

తా. అన్నవస్త్రాది దానధర్మములు, చతురాశ్రమస్థుల స్వధర్మానుష్ఠాననిష్ఠలు, యమనియమాదియోగములు, శాస్త్ర గురువాక్య శ్రవణ మనన నిధిధ్యాసలు, యజ్ఞయాగాది కర్మలు, మౌనము ఉపవాసాది వ్రతములు, సర్వమును మనస్సును నిగ్రహించుటకొరకే ఏర్పడినవి. మన స్సమాధియే శ్రేష్ఠమైన యోగమగును. — భాగవతము.

శ్లో. దాన మిజ్యా తపశ్శౌచం, తీర్థం వేదాశ్రుతం తథా
అశాంత మనసః పుం సః, సర్వమేత దపార్థకమ్.

తా. దానము, యజ్ఞము, తపస్సు, ఆచారము (శౌచము), తీర్థసేవనము, వేదములు, శ్రవణము—ఇవి యన్నియును మనశ్శాంతిలేని మానవునకు ప్రయోజన కారకములు కావు.

శ్లో. సర్వేంద్రియాణాం గతి నిగ్రహేణ
భోగేషు దోషా ద్యవమర్శనేన
ఈశప్రసాదాశ్చగురోః ప్రసాదాత్
శాంతిం సమాయాత్య చిరేణ చిత్తం.

తా. సర్వేంద్రియములను నిగ్రహించుటచేత విషయ భోగములలో దుఃఖము, అనిత్యత్వమును గలవని, దోషములను విమర్శన చేయుచుండుట చేతను, భగవంతుని కృప చేతను, సద్గురువుల అనుగ్రహముచేతను మనస్సు తొందరగా శాంతి నొందును.

మోక్షాధికారులు, అనధికారులు

శ్లో. సంశాంత చిత్తభేతాళం, గురుశాస్త్రార్థ బాంధవాః
శక్నువంతి సముద్ధర్తుం, స్వల్పపంకాన్మృగంయథా.

శ్లో. చిత్తయక్షద్రుఢక్రాంత, నశాస్త్రాణి నబాంధవాః
శక్నువంతి పరిత్రాతుం, గురవో నచ మానవమ్.

తా. చిత్తమనెడి దయ్యమునుండి విడువబడి శాంతముగా నున్న మానవుని, స్వల్పబురదయందు పడిన మృగమును ఉద్ధరించుటకు వీలుపడునట్లు గురువు, శాస్త్రము, బంధువులున్ను ఉద్ధరించుటకు శక్తు లగుదురు.

చిత్తమనెడి దయ్యముచే పట్టుబడియున్న మానవుని శాస్త్రములుగాని, బంధువులుగాని, గురువులుగాని రక్షింప శక్తులు గానేరరు. —వాసిష్ఠం

ప్రశాంతుని లక్షణములు

శ్లో. అంధవత్పశ్యరూపాణి, శబ్దం బధిరవచ్ఛృణు
కాష్ఠవత్పశ్య వై దేహం, ప్రశాంతస్యేతి లక్షణమ్.

తా. అంధునివలె ఈ జగద్రూపములను చూడుము. చెవిటివానివలె బాహ్యశబ్దములను వినుము. కొయ్యవలె నీ ఈ శరీరమును చూచుకొనుము. ఇదియే ప్రశాంతుని లక్షణము. —అమృతనాదోపనిషత్తు

శ్లో. తుషారకరబింబాఽచ్ఛ, మనోయస్య నిరాకులమ్
మరణోత్సవ యుద్ధేషు, సశాంత ఇతి కథ్యతే.

తా. మరణ సమయములందు, ఉత్సవ సమయములందు, యుద్ధమువచ్చిన సమయమందును, ఎవని మనస్సు నిర్వికారముగా నుండునో (అనగా, దుఃఖముగాని సంతోషముగాని పొందకయుండునో) అతడే శాంతాత్ముడనబడును.

శ్లో. శ్రుత్వా స్పృష్ట్వాచ దృష్ట్వాచ భుక్త్వాఘ్రాత్వాశుభాఽశుభమ్
నహృష్యతి గ్లాయతియః, సశాంత ఇతి కథ్యతే.

తా. ఏ మానవుడు మంచివిషయములను, చెడువిషయములను వినునపుడు, తాకినపుడు, చూచినప్పుడు, తినునపుడు, వాసన చూచునపుడును సంతోషమును, దుఃఖమును పొందకుండునో, అతడే శాంతహృదయుడని చెప్పబడును.

శ్లో. భయం న లజ్జా న చ కాచిదిచ్ఛా న ద్వేష రాగా
న సుఖం న దుఃఖం రసస్సశాంతః పరికీర్త్యతే.

తా. ఎవనికి భయము, లజ్జ, ఇచ్ఛ, ద్వేషము, రాగము, సుఖము, దుఃఖమును లేవో అతడే శాంతాత్ముడనబడును.

మనస్సు నశించినవానికి గుర్తులు

శ్లో. ఆపత్కార్పణ్యముత్సాహో, మదోమాంద్యంమహోత్సవః
యం నయాంతి న వైరూప్యం, తస్యనష్టం మనోవిదుః.

తా. (1) ఆపద (2) దరిద్రము (3) లాభము వచ్చినపుడు సంతోషము (4) గర్వము (5) అలసత్వము (6) మహోత్సవములందు సంతోషమును, ఎవని యందు సంతోషరూపముగా, దుఃఖరూపముగాను వికారము కలుగదో వాని మనస్సే నశించినదని తెలియవలయును.

— జీవన్ముక్తి ప్రకాశిక

అమనస్కమననేమి?

శ్లో. జడతాం వర్జయిత్వైకాం, శిలాయాం హృదయం హి తత్
అమనస్క స్వరూపం యత్తన్మయోభవ సర్వదా.

తా. జడత్వము లేకుండ, శిలవలె నిశ్చలముగా హృదయము (మనస్సు) తన్మయత్వము నొందియుండుట యేది గలదో, అదియే అమనస్కమనబడును.

— రాజయోగరత్నాకరము

మూలం. పయ ప్రస్రావానంతరం ధేను స్తనక్షుర మివ
సర్వేంద్రియవర్గే పరినష్టే మనోనాశో భవతి
తదేవాఽమనస్కమ్.

తా. గోవుయొక్క పాలను పిండిన తరువాత స్తనములు ఖాళీగానున్న విధముగా ఇంద్రియములన్నియు స్వాధీనమైన తరువాత సంకల్పరహితావస్థ యేదిగలదో అదే అమనస్కము.

—మండలబ్రాహ్మణోపనిషత్తు

శ్లో. క్షురోఽతిలగ్నో దేహఘ్నో, నలగ్న శ్ఛేద్యపేతనో
సమాహితంమనోఽప్యేవం, నిద్రాంకుర్యాద్బహిర్వ్రజేత్.

తా. మంగలకత్తిని గట్టిగానొక్కి నొరిగినచో శరీరము తెగును. సరిగా నొక్కనిచో వెంట్రుకలు తెగవు. ఇట్లే, మనస్సును ఎక్కువగా నిగ్రహించినచో నిద్రనొందును. అసలు నిగ్రహించనిచో లోకములోనికి (బయటకు) పోవును. కనుక మధ్యస్థితియందు నుంచుటయే సమాధి (అమనస్కము).

— అనుభూతిప్రకాశమ్

లోకములో సంకల్పరహితుడే సుఖి

శ్లో. కల్పాంతపవనావాంతు, యాంతు చైకత్వమర్ణవాః
తపంతు ద్వాదశాదిత్యా, నాస్తి నిర్మనసః క్షతిః.

తా. కల్పాంతవాయువులు (ప్రళయము గలిగించు గొప్పవాయువులు) వీచుగాక. సప్తసముద్రములు ఏకమగుగాక. పండ్రెండుగురు సూర్యులు ఎండగాతురుగాక. సంకల్పరహితునకు మాత్రము ఎట్టి బాధయు గలుగదు.

— వాసిష్ఠం

మోక్షమన నెచటకలదు?

శ్లో. న మోక్షో న భసః పృష్ఠే, పాతాళే నచ భూతలే
తృష్ణా నాశేన మనసః, శాంతిర్మోక్ష ఇతి స్మృతః.

తా. మోక్షమనునది పైన ఆకాశమున లేదు, క్రింద పాతాళమున లేదు. మధ్య భూలోకస్థానమందున లేదు.

కోరికలు నశించి మనస్సు ప్రశాంతినొందిన హృదయములోనే మోక్షము కలదని చెప్పబడును.

శ్లో. క్రియానాశే భవేచ్చింతా నాశోస్మా ద్వాసనాక్షయః
వాసనాప్రక్షయో మోక్షస్సా జీవన్ముక్తి రిష్యతే.

తా. ఇష్టమైన మంచిపనులలోనికి గాని, చెడుపనుల లోనికిగాని చేతులు, కాళ్లు, వాక్కు, గుదము, గుహ్యేంద్రియములున్ను పోకుండులాగున చేసినచో హృదయములో గల మంచి చెడు చింతలు (ఉద్రేకములు) నశించును. చింతలు నశించినచో భావనారూపములైన కారణ శరీర సంబంధములైన వాసనలు నశించును. ఈ వాసనలు నసించుటయే మోక్షము. —వివేకచూడామణి

రాగము - ద్వేషము

సూ. సుఖానుశయీ రాగః

తా. ఈ వస్తువువలన, ఈ శబ్దమువలన, ఈ రూపమును చూచుటవలన, ఈపని చేయుటవలన, ఈ మనిషివలన సుఖము కలుగును. ఇది మంచిది అను భావములద్వారా (నిశ్చయముచే) రాగము (ప్రీతి) జనించును. మానవులు రాగము చేతనే, నామరూపక్రియలకు లోబడి కట్టుబడియుందురు.

సూ. దుఃఖానుశయీ ద్వేషః.

తా. ఈ మనిషివలన, ఈ శబ్దమువలన, ఈ రూపమును చూచుటవలన, ఈపని చేయుటవలన, ఈ వస్తువు వలన దుఃఖము కలుగును. దుఃఖముగా నున్నది. ఇది మంచిదికాదు అనెడి నిశ్చయభావము లేర్పడినపుడు ద్వేషము కలుగును.

వివరణ : మానవులు మంచివిషయములపై రాగముచే మంచిపనులను చేయుచుందురు. చెడువిషయములపై గల రాగముచే పాపకార్యములను చేయుచుందురు. ఇట్లే మానవులు చెడువిషయములపై ద్వేషముచే మంచిపనులను చేయుచుందురు. మంచివిషయములపై ద్వేషముచే చెడు పనులను చేయుచుందురు.

ద్వేషమునకు, క్రోధమునకును తేడా కలదు. చాలా కాలము నిలిచియున్న అయిష్టత ద్వేష మనబడును. తాత్కాలికముగా గాని, గంటలకొలది కాలము గాని, ఒక రోజునగాని పుట్టి నిలిచియున్న అయిష్టమైన ఉద్రేక భావములు క్రోధమనబడును.

రాగవంతుని లక్షణములు—ఆరు

శ్లో. ముఖం ప్రసన్నం విమలాచ దృష్టిః
కథానురాగా మధురాచ వాణీ
స్నేహోదిక స్సంభ్రమ దర్శనం చ
సదాఽనురక్తస్య జనస్య లక్షణమ్.

తా. 1. నవ్వు మొగము 2. చల్లని చూపు 3. కథల యందు ప్రీతి 4. తీయని మాట 5. అధిక స్నేహము 6. తొందరగా చూచుటయును రాగమున్నవారి లక్షణములగును.

— నీతిశాస్త్రము

మైత్రి లక్షణములు—ఆరు

శ్లో. భుంక్తే భోజయతే చైవ, గుహ్యాం వక్తి శ్రుణోతి చ
దదాతి ప్రతిగృహ్ణాతి, షడ్విధం మైత్రిలక్షణమ్.

తా. 1. భుజించుట 2. భోజనము పెట్టుట 3. రహస్యములను చెప్పుట 4. (తిరిగి) వినుట

5. ఇచ్చుట 6. తీసికొనుటయును మైత్రిలక్షణము లారు అగును.

ఈ రాగలక్షణములలోను, మైత్రిలక్షణములలోను మానవులకు కొంత బంధమున్నప్పటికిన్నీ, అధర్మదోషములు అధికముగా లేవు.

కామముచే గల్గు గుణములు—పది

శ్లో. మృగయాఽక్షో దివా స్వప్నః, పరివాదః స్త్రియో మదః
తౌర్యత్రికం వృథాట్యాచ, కామజో దశకో గుణః.

తా. 1. వేటాడుట 2. జూదమాడుట 3. పగలు నిద్రించుట 4. పరులదోషములను వర్ణించుట 5. స్త్రీ సంగమము చేయుట 6. సురాపానము చేయుట 7. నృత్యము చేయుట 8. గీతము పాడుట 9. వాయిద్యము వేయుట 10. వేడుకగా తిరుగుటయును కామమువలన గలిగిన పది గుణములగును.

క్రోధముచే గల్గు గుణములు—ఎనిమిది

శ్లో. పైశున్యం సాహసం ద్రోహం, ఈర్ష్యాఽసూయార్థ దూషణమ్
వాగ్దండయోశ్చ పారుష్యన్, క్రోధ జోపి గుణోష్టకమ్.

తా. 1. కొండెముల జెప్పుట 2. సాహసకృత్యముల జేయుట 3. ఇతరుల సుగుణములజూచి ఓర్వలేకుండుట 4. పరుల గుణములనుండి దోషములను వెల్లడించుట 5. ఇవ్వదగినదానిని ఇవ్వకుండుట 6. దానముచేసిన పదార్థములను అపహరించుట 7. పరులకు హానిగలుగు పనుల జేయుట 8. కఠినపు మాటలను పలుకుటయును — ఈ ఎనిమిదియు క్రోధమునుండి గలుగు దోషములు.

శ్లో. కామాల్లోభాభిభూతశ్చ, లోభాత్ క్రోధపరాయణః
క్రోధాశ్చ ధర్మనాశ స్స్యాద్ధర్మనాశా న్మతిభ్రమః
ప్రణష్ట బుద్ధి ర్మనుజః, పునః పాపం కరోతి చ.

తా. కామము నుండి లోభము గలుగును. లోభ గుణమునుండి క్రోధము కలుగును. క్రోధమువలన ధర్మ గుణము నశించును. ధర్మగుణము నశించినపుడు మతిభ్రమలు కలుగును. మతిభ్రమచే మంచి చెడ్డలను, నిత్యానిత్యములను విచారణచేసే బుద్ధి నశించును. బుద్ధి నశించినపుడు పాపకర్మలలోనికి ప్రవేశము కలుగును.

నేను అనెడి అహంకారమునుండియే కామాది గుణములు క్రమముగా పరిణమించును.

మోహమనేమి ?

శ్లో. మమపితా మమమాతా, మమే యత్ గృహిణీ గృహమ్
ఏవం విధం మమత్వం యత్, సమోహా ఇతి కీర్తితః.

తా. నా తల్లి, నా తండ్రి, నా భార్య, నా గృహము అనెడి ఈవిధమైన మమకారములు గలిగి యుండుటయే మోహమని చెప్పబడును.

శ్లో. శక్నో తీహైవయ స్సోఢుం, ప్రాక్ఛరీ రవిమోక్షణాత్
కామక్రోధోద్భవంవేగం స యుక్త స్స సుఖీ నరః — గీత

తా. కామము యొక్కయు, క్రోధము యొక్కయు వేగమును (ఉద్రేకములను) శరీరముండగనే (జీవించి యుండగనే) ఎవడు నిగ్రహించునో వాడే ఈ మానవులలో యోగియు, సుఖవంతుడు నగును.

సీ॥ కామమా! నీ కెంత కఠినహృదయంబేల
దాసులకడనుండ ధర్మమగునె?
మోహమా! నీ వెర్రి మూర్ఖంబు విడబోవు
పెద్దలయెడనుండ బుద్ధియటవె?
క్రోధ లోభములార! కోరి వేడెద మిమ్ము
భక్తులయెడనుండ భావ్యమగునె?
మదమత్సరములార! మరువరే మీ పనుల్
సాధులయెడనుండ సరసమటరె?

తే॥ చాలు చాలును మీతోడ సఖ్యమనుచు
జగమునందున్న సజ్జనులను జూచి
వాని వదలించు దాత నీ వనుచు కోరి
ఆత్మనమ్మితి నారాయణార్య నిన్ను.

ఆ॥ కోటి దానమిచ్చి కోపంబు నొందుచో
బాటి చేయ రతని ప్రజలు మెచ్చి
సాత్త్వికగుణములచె సజ్జనుం డగునయా
విశ్వదాభిరామ వినురవేమ.

క్రోధంబుపై నెపుడు క్రోధంబుజూపుము
శాంతంబు నెప్పుడు శరణుబొందు
దేహదృష్టిని వీడి దేవునిపొందుము
సుఖము నొందగోరు సుజనప్రియుడ.

నాకు ఎవరు లేరు నీకు నెవ్వరు లేరు
నాది నీది లేదు నిజముగాను
నేను నీవు గూడ నిర్గుణపదమెరా
ఆత్మరక్షణకృష్ణ యాది దేవ.

అభివృద్ధి చతుష్టయము

ప్రశ్న : స్వామీ, అనేకులు దేశము అభివృద్ధిలోనికి రావలెనని, గ్రామము అభివృద్ధిలో నుండవలెనని, ఆశ్రమమును అభివృద్ధిలోనికి తీసికొనిరావలెనని, జీవితము అభివృద్ధి నొందవలయుననియును చెప్పుచున్నారు. అభివృద్ధి యననేమి ?

ఉత్త : ప్రజలందరున్ను అన్నము, వస్త్రము, గృహము, విద్య, ఆరోగ్యము, సోదరభావమున్ను గలవారై క్షేమముగా నుండుట దేశాభివృద్ధి యనబడును. గ్రామములో కలహములు లేకుండుట, రోడ్లు పరిశుభ్రముగా నుండుట, విద్యాశాలలు, ఆరోగ్యశాలలు నుండుట, ఐకమత్యముతో పరస్పర సహకారులై గ్రామస్థు లుండుటయును గ్రామాభివృద్ధి యనబడును. ఆశ్రమము శుభ్రముగా నిశ్శబ్దముగా నుండుట, పూజలు, భజనలు, జపధ్యానములు, పారాయణ, వేదాంత శాస్త్రశ్రవణ మననములున్ను జరుగుచుండుట, ఒకరి కొకరు సహాయభూతులుగా నుండుటయు ఆశ్రమాభివృద్ధి యనబడును. సద్గురువుపైని, దేవునిపైని పూర్ణవిశ్వాసము గలిగి వర్తించుట, శ్రవణ మనన నిధి ధ్యాసములందు దృష్టినిలచుట, జపధ్యానములలో ఆనందమును జూరకొనుచుండుట, ధనముపై, భోగములపై, కీర్తిపై విరక్తి గలిగియుండుటయు, సమత్వదృష్టి ప్రాప్తించుటయును జీవితాభివృద్ధి యనబడును.

హృదయములో కోరికలు, క్రోధము, భయము, సుఖాభిలాష, దుఃఖమనిన ద్వేషమున్ను గలవారు ఆనందమయ పరమాత్మను గుర్తులో నుంచుకొన జాలరు. పరమాత్మపై నమ్మకము లేనివారి జీవితము అభివృద్ధి నొందజాలదు.

ఓమ్

శ్రీ మలయాళ సద్గురు పరబ్రహ్మణే నమః

కథలు

శ్లో. విత్తా త్పుత్రః ప్రియః పుత్రాత్
స్వ పిండంచ తథా ప్రియమ్
ఇంద్రియాశ్చ ప్రియాః ప్రాణాః
ప్రాణాదాత్మా పరః ప్రియమ్.

తా. ధనముకంటె బిడ్డలు ఎక్కువ. బిడ్డలకంటె తన శరీరమెక్కువ. శరీరముకంటె నేత్రాదీంద్రియము లెక్కువ. ఇంద్రియములకంటె ప్రాణము లెక్కువ. ప్రాణముకంటె ఆత్మ శ్రేష్ఠమైనది.

లోకములో జనులు బిడ్డల సుఖము కొరకు ధనమును త్యాగము చేయుచున్నారు. తమశరీరసుఖము కొరకు బిడ్డలను త్యాగము చేయుచున్నారు. ఇంద్రియముల సుఖము కొరకు దేహకష్టమును త్యాగము చేయుచు వ్యవసాయాద్యనేకకృత్యముల చేయుచున్నారు. ప్రాణము క్షేమముగా నుండుట కొరకు ఇంద్రియములను త్యాగము చేయుచున్నారు (అనగా జబ్బుతోనున్న అవయవములను తీసివేయించుకొనుట). ఆత్మసుఖము నొందుటకుగాను ప్రాణమును త్యాగము చేయుచున్నారు. బాధకు ఓర్వలేక "నా ప్రాణము లెపుడు పోవునో యని గాని, నా ప్రాణము లెపుడు తీసికొని పోవుదువు భగవంతుడా" యని గాని అనుకొనుచుందురు గదా! కనుక అన్నిటికంటె ఆత్మసుఖము గొప్పదని గ్రహించి అహామును, మమతలను వదలుకొనవలెను.

సుఖము నీలోనే కలదు

కథ: భార్యా పిల్లలు గల ఒక గృహస్థుడు ఆస్తిని అమ్ముకొని, రొక్కముగా యున్న రూపాయిలను మూటకట్టుకొని నెత్తినిపెట్టుకొని ఒక నదికి అవతలగల గ్రామములో నివసించుటకుగాను ప్రయాణమై వచ్చుచు నదిలో దిగి నడచుచుండగా నీరు విశేషముగా ప్రవహించుచుండెను. అపుడు పిల్లలు మునిగిపోవుచున్నను తల్లిదండ్రులు కాపాడజాలక యున్నందున బిడ్డలు ప్రవాహములో మునిగి కొట్టుకొని పోయిరి. అపుడు గృహస్థుడు విశేషముగా దుఃఖపడక బిడ్డలుపోయినను భార్యవలన మరల సంతానమును బడయవచ్చు ననుకొని ముందుకు సాగిపోవుచుండగా, భార్యకూడ మునిగిపోయెను. ఇప్పుడు కూడ అతడు బాధపడక ధనము కలదు గాన మరల పెండ్లిచేసికొన వచ్చునని నిశ్చయించుకొని ముందుకు అడుగులు వేయుచుండగా నది పొంగి కంఠమును కూడ ముంచివేసెను. అపుడు అతడు ధనపుమూటనుకూడ పట్టుకొని యుండ లేక 'బ్రతికియుండిన సుఖములు బడయవచ్చు' ననుకొని మూటను కూడ వదలివేసి నెమ్మదిగా ఒడ్డుకు జేరి ప్రాణమును దక్కించుకొనెను.

ఈ కథవలన అన్నిటికంటె తనఆత్మయే తనకు ప్రియమైనదని తెలియుచున్నదిగదా! నిజమైన ముముక్షువులు ఆత్మసుఖప్రాప్తికొరకు సర్వసంగపరిత్యాగు లగుచున్నారు. శ్రీ శంకరాచార్యులు, రామానుజాచార్యులు, మధ్వాచార్యులు, శ్రీ బుద్ధుడు, సక్కుబాయి, మీరాబాయి, తరిగొండ వేంకమాంబ మొదలైన పెద్దలు, భక్తులున్ను పరమాత్మసుఖము నొందుట కొరకుగాను తల్లిదండ్రులను,

భార్యా పిల్లలను, భూమి ధనములను, బంధు మిత్రులను వదలి పెట్టిరిగదా!

మానవులను, ధనాది వస్తువులను ఆశ్రయించి సంతోషముగా, ధైర్యముగా నుండువారు అజ్ఞాను లనబడుదురు. పరమాత్మను ఆశ్రయించి ఆనందముగా, ధైర్యముగా నుండువారు జ్ఞానులు.

అక్బరు చక్రవర్తి

గర్వముడుగుట — వైరాగ్యము కలుగుట

అక్బరు చక్రవర్తికి గొప్ప రాజ్యముండుటవలన గర్వము జెందు చుండెను. మంత్రియగు బీర్బల్ రాజుయొక్క గర్వమును అణచ దలచెను.

ఒకనాడు రాజు, మంత్రియును వేటాడుటకుగాను అరణ్యములోనికి వెళ్లిరి. కొంత సేపు గడచినతరువాత రాజునకు, మంత్రికి ఈ క్రిందివిధముగా సంభాషణలు జరిగినవి :

మంత్రి : రాజా! మీకు చాల విశాలమైన రాజ్యము కలదు. ఇప్పుడు మీకు విశేషముగా దాహమైనచో నీరు దొరకనపుడు మీ రేమగుదురు?

రాజు : నాకు నీరు దొరకనిచో చనిపోవుదును.

మంత్రి : ఇంతలో ఎవరైనను వచ్చి 'మీరాజ్యములో సగము యిచ్చిన యెడల నీళ్ల నిచ్చెద' ననినపుడు ఒప్పుకొనెదరా లేదా?

రాజు : ప్రాణరక్షణకొరకు తప్పక అర్ధరాజ్యమిచ్చుటకు సమ్మతింతును.

మంత్రి : రాజా! మీరు త్రాగినా రనుకొందము. కాని తరువాత మీ మూత్రకోశ సంబంధమైన జబ్బువలన మీ

మూత్రము సరిగా రాక అడ్డుపడును. దానివలన మీకు ఎక్కువ బాధ కలుగును. గొప్ప వైద్యులు కూడ ఆ జబ్బును కుదర్చకపోయినపుడు ఏమి జరుగును ?

రాజు : చనిపోవుదును.

మంత్రి : చివరకు ఒక వైద్యుడు వచ్చి, మిగిలిన అర్ధ రాజ్యము నిచ్చిన యెడల మూత్రమును బైటకు తీసెద ననినప్పుడు ఒప్పుకొనెదరా ?

రాజు : తప్పకుండ. నా ప్రాణమును కాపాడుకొనుటకు మిగిలిన అర్ధరాజ్యమునుకూడ ఇచ్చివేసెదను.

మంత్రి : పూజ్యమైన రాజా! త్రాగుటకు గ్లాసు నీరు నిచ్చినవానికి అర్ధరాజ్యము నివ్వ దలంచితిరి. మరల నీరును వెలుపలకు తీయువానికి మిగిలిన అర్ధరాజ్యము నిచ్చుటకు యిష్టపడుచున్నారు. మీ సామ్రాజ్యము యొక్క విలువ రెండు గ్లాసుల నీటి విలువకూడ లేనపుడు రాజ్యమును గురించి గర్వ పడనేల అనెను.

అపుడు అక్బరు జ్ఞానవైరాగ్యములతో గూడిన మంత్రి వాక్యములకు మిక్కిలి సంతసించి అల్పమైన రాజ్యముపై విరక్తినొంది దైవభక్తితోను, వివేకముతోను, వినయము తోను ప్రవర్తించుచుండుట అలవరచుకొనెను. మంత్రిపై గురుభావముతో విశ్వాసము నుంచుకొనెను.

అక్బరునకు భగవంతుడు చెప్పిన మాటలు

ఒకనాడు అక్బరు చక్రవర్తి గొప్ప సమారాధన చేసెను. దానికి ధనవంతులున్ను, బీదలున్ను వచ్చి భుజించిరి. వారంద రున్ను అక్బరుపై పాటలు పాడిరి. 'అక్బరు పాదుషాకు జై' యనిరి. ఒకడు మాత్రము నేమియు పలుకలేదు. అందు

వలన అక్బరునకు కోపమువచ్చి ఆ మనుష్యుని బైటకు గెంటి వేయించెను.

ఆరాత్రి అక్బరునకు నిద్రపట్టలేదు. ఆయనకు కొన్నిమాటలు వినబడినవి. అవేవి యనగా, "ఓ అక్బరూ! నేను భగవంతుడను. లక్షలకొలది జ్ఞానులచే, భక్తులచే కీర్తింపబడుచుందును. బీదలను, దుర్మార్గులను, నాస్తికులను కూడ నేను పోషించుచుందును. నిన్ను స్తుతించనంత మాత్రముననే ఒక పావనపురుషుని గెంటివేయించితివిగదా! ఆయన ఆశీర్వాదము నొందినచో నీ జన్మ ధన్యమగును."

ఈమాటలు విన్నతరువాత తాను తప్పు చేసినట్లు అక్బరు తెలిసికొని పశ్చాత్తాపముజెంది ఆ పావన పురుషుని వెదికించి రప్పించి ఆయన పాదములకు మ్రొక్కి 'నా తప్పులు క్షమించు' డని చెప్పి దేవుడు చెప్పిన మాటలను తెలియజేసెను. అపుడా పావనపురుషుడు "ఓ రాజా, భగవంతుని మాటలను నీవు స్వయముగా వింటివి గావున నీవు ధన్యుడవు" అని వెళ్ళి పోయెను.

అప్పటినుండి అక్బరు మహాత్ముల యెడ గౌరవబుద్ధితో మెలగుచు కీర్తిప్రతిష్ఠలపై ప్రీతినుంచక యుండెను. భక్తులకు క్రోధముండదని అక్బరు గ్రహించెను.

నమాజుచేయుచున్న అక్బరు మనస్సును తెలిసికొని నానక్ నవ్వుట

జనకమహారాజు అపరావతారుడును, సిక్కుమత సంస్థాపకుడును నగు గురునానక్‌ను అక్బరు చక్రవర్తి ఆహ్వానించి ఆసనముపై కూర్చొనజేసి చక్రవర్తి మొదలగువారు ప్రార్థనలు చేసిరి. తరువాత అక్బరు నమాజు చేయుచుండగా

గురునానక్ పకపకా నవ్వెను. అప్పుడు మంత్రులు మొదలగు వారికి క్రోధము కలిగెను. దీనిని రాజు శాంతింప జేసెను. కార్యక్రమము పూర్తియైన తరువాత రాజు గురు నానక్ దగ్గరకు వచ్చి నెమ్మదిగా "మహాత్మా, నేను నమాజు చేయుచున్నప్పుడు తమకు నవ్వువచ్చుటకు కారణ మేమై యుండును" అనెను.

అపుడు నానక్ "రాజా, ప్రార్థన, నమాజులను చూచుటకుగాను నన్ను రప్పించియు నమాజు చేయుచున్న సమయములో నీ మనస్సు మార్కెట్ నకు పోయి గుఱ్ఱముల కొనుటలో లగ్నమై యుండుటయును, దేవునిపై దృష్టి లేకుండుటయును చూచుటవల్ల నాకు నవ్వు వచ్చిన"దని చెప్పెను.

అపుడు అక్బరు తనతప్పును తెలిపిన నానక్ నకు నమస్కారములు చేసి నమాజు చేయునపుడు ఏకాగ్రదృష్టితో మనస్సు నుంచుటకు ప్రయత్నము చేసెదనని విన్నవించుకొనెను.

అజ్ఞానాంధుల వర్తనలు

ఒక పుట్టుగ్రుడ్డివానికి తన సోదరుడు తేనెసీసా నిచ్చి వెళ్లెను. ఆ అంధుడు సీసామూతిని క్రిందికి వంచగా తేనె నేలదుమ్ములో పడెను. చేతిని నేలపై నుంచగా తడితడిగా నుండెను. అది యేదియైనది తెలియనందున నేలపైగల తడిసిన యిసుకను నోటిలో నుంచుకొనెను. అది తియ్యగా నుండుటవలన ఆ ఇసుకనే మరల నోటిలో వేసుకొనుచు తినుచుండెను.

ఇంతలో సోదరుడు వచ్చి "అన్నా, నీవు చేతిలో స్వచ్ఛమైన తేనె నుంచుకొనియు దానిని త్రాగక ఇసుకను

తినుచున్నావేమి? తేనెతో తడిసిన ఇసుకను తినుట బాధగా నుండును, రోగములు కూడా వచ్చును. చూచినవారు నవ్వుదురుగదా!''యనెను. అపుడా అంధుడు ''చేతిలోగల తేనెను తెలిసికొనలేక తేనెతో తడిసియున్న ఇసుకనే తినుచున్నాను. నేను అంధుడనుగదా!'' యనెను.

ఇట్లే, అజ్ఞానులుగాయున్న మానవులందరున్ను గ్రుడ్డివారితో సము లనబడుదురు. వారు తమలోగల ఆత్మానందమనెడి తేనెను మరచి అల్పములు, దుఃఖముతో కలిసియుండునవియు నగు ఇంద్రియ విషయ సుఖములకే లోబడుచు, అనేక బాధలను అనుభవించుచున్నారు.

విషయసుఖములు, ధనాది వస్తువులవలన గలిగిన సంతోషములున్ను ఆత్మానందములోని చిన్నచిన్న భాగములే యగును. దృష్టిని నిత్యానిత్య విచారణద్వారా, అంతర్ముఖము చేసికొనిన వారికి మాత్రమే, ఆత్మానందము అనుభవమునకు వచ్చి స్థిరముగా నుండును. బహిర్ముఖదృష్టిగలవా రందరు అంధులతో సములే. శారీరక బాధలు, మానసిక దుఃఖములున్ను ఇంద్రియవిషయములకు లోబడుచుండువారికే కలుగును.

ఆనందము నీలోనే గలదు, బైట లేదు

ఒకఊరిలో భార్య భర్త పిల్లలతోగూడిన బీద కుటుంబము గలదు. అన్నవస్త్రాదుల కొరతలతో చాలా బాధలు పడుచున్నారు.

ఒకనాడు ఒక భూగర్భశాస్త్రజ్ఞుడు వచ్చి ''మీఇంటిలో గొప్ప నిధి యుండగా దానిని తీసికొనక దరిద్రముతో బాధలు పడెదరేల!'' అని అనెను. అపుడు వారు నిధి

యున్న స్థలమును త్రవ్వి ధనమును తీసికొని ఉపయోగించుకొనుచు సుఖముగా నుండిరి. ఇట్లే, సోదరీ సోదరులారా, మీలో పరమాత్మానంద మనెడి అక్షయ నిధియున్నను దానిని నమ్మక, హృదయములో వెదకక, సంకల్పగుణ భ్రాంతులనెడి మట్టిని తీసిపారవేయక, బైటగల అల్పసుఖములను ఆశించి రాత్రిం బవళ్లును బాధలు పడెదరేల? ఇప్పుడే మీదృష్టిని, మీఇంద్రియములను బాహ్యావిషయముల వైపునుంచి అంతర్ముఖము జేసికొని మానసాదీంద్రియములకు సాక్షిగాయున్న ఆత్మను సదా నమ్మి ధ్యానముచేయుచు మరువక యుండి బ్రహ్మానందములో నుండుడు. చింతలను, భయమును, దుఃఖమును వదలుడు.

వైరాగ్యము

పూర్వ మొక గ్రామమందు ఋషభదత్తుడను, గొప్ప ధనవంతుడు కలడు. అతని భార్యపేరు ధరణీదేవి. వీరి కుమారునిపేరు జంబుకుమారుడు. అతనికి విశేషముగా చదువు చెప్పించిరి.

ఆ గ్రామమునకు సుధర్మస్వామి యను మహాత్ముడు వచ్చి మోక్షధర్మములను బోధించుచుండగా జంబుకుమారుడు వెళ్లి మిక్కిలి ఆసక్తితో శ్రవణము చేసిన తరువాత ఆ స్వాములవారిని గురువుగా నెంచుకొని 'నేను స్త్రీని ముట్టను' అని శపథము చేసెను.

తల్లిదండ్రులు తమ ఏకైకపుత్రుడు గృహమును వదలి వెళ్లిపోవునేమో యను సంశయముతోనుండి కుమారునకు పెండ్లిచేయ నెంచిరి. అనేకులు పిల్ల నిచ్చెద మని వచ్చుచున్నను వారితో జంబుకుమారుని తల్లిదండ్రులు "మా కుమా

రుడు విరక్తితో నున్నాడు. తరువాత మీ కుమార్తెలతో కాపురము చేయనిచో మాబాధ్యత లేదు" అని చెప్పు చుండిరి.

అపు డా పిల్లల నిచ్చుటకు వచ్చినవారు "మాపిల్లలు మీ కుమారుని సంసార భ్రాంతులలోనికి బోధించి త్రిప్ప గల"రని చెప్పి, ఎనిమిదిమంది వచ్చి వాళ్ల కుమార్తెల నిచ్చి పెండ్లి చేసిరి.

జంబుకుమారుని ఎనిమిదిమంది భార్యలున్ను అతనిని లోబరుచుకొనుటకు అనేకవిధములుగా ప్రయత్నములు చేసిరి. కాని జంబుకుమారుడు చలించకయుండి ఈ ధనము, ఈ భార్యలు, ఈ దేహము, ఈ భోగములున్ను అశాశ్వతములైనవేగదా! ఆత్మప్రాప్తికి లోకకల్యాణము కొరకును జీవితము నంతయు గడుపుటయే శ్రేష్ఠమగును యని తలంచుచుండెను. తరువాత వాని భార్యలతో నిట్లనెను.

"నిన్న నేను ఊరిబైటనుండి వచ్చుచుండగా రాజకుమారులు ఇనుపగుండ్లను విసరుచు వారి వారి బలములు పరీక్షించుకొనుచుండిరి. నేను అక్కడ నిలబడియుండగా ఒక ఇనుపగుండువచ్చి నాదగ్గర పడెను. కాని అది నాకు తగులలేదు. నేను ఒకఅడుగు వేసినచో ఆగుండు నా నెత్తిమీదపడి నేను చనిపోయేవాడనే. ఇది జరిగిన తరువాత నా గురువగు సుధర్మస్వామివద్దకు వెళ్లి జీవితము యొక్క క్షణికత్వము విచారించుచు నా జీవితమున్నంతవరకు నా శరీరమును మంచికార్యములందు ఉపయోగించుటకు ప్రతిజ్ఞ చేసితిని. నాకు పెండ్లి చేసికొనుటకు యిష్టములేదు. కాని నా తల్లిదండ్రులు బ్రతిమాలుట వలన నేను బలవంతముగా పెండ్లిచేసికొనవలసి వచ్చినది."

పెద్దభార్య చెప్పిన దేమనగా: నాథా, మీరు చెప్పిన విషయమువలన ఋజువైన దేమన, దేవతలచే దీవింపబడి పుణ్యము నొందిన మానవుడు జీవితములో వచ్చు గండముల దాటి ప్రపంచసౌఖ్యముల నన్నిటిని అనుభవించుటకు అతనికి పూర్ణాయుర్దాయము యివ్వబడును.

భర్త: నేను చావునకుగాని, ప్రమాదమునకుగాని ఎంతమాత్రము భయపడను. మానవుడు ఎంతకాలము జీవించునో అంతకాలము పనిచేయుటకు బలము గలిగి యున్నపుడు తనమంచికొరకు, ఇతరుల మంచికొరకు, ప్రపంచ కల్యాణము కొరకును ఉపయోగించినమాత్రమే జీవితము సార్థకమగును. దుర్లభమగు జీవితమును స్త్రీ సంబంధమైన సౌఖ్యములతో దుర్వినియోగము చేయకూడదు.

నేను నా సద్గురువు దగ్గరకు వెళ్లి నా జీవితధర్మములను తెలిసికొని మోక్షమార్గమందును, వైరాగ్యమందును ప్రపంచ మునకు మంచిచేయుట యందును జీవితకాలమును ఉపయో గించుకొనవలెనని స్థిరపరచుకొంటిని. నాకు విషయభోగముల పైన ఎంతమాత్రమును కోరిక లేదు. త్యాగసన్న్యాసము లే నాకు ఆధారములు.

పెద్దభార్య: నాథా, మీరు బాగుగా ఆలోచించు కొనవలెను. లేనియెడల ఇటు ఇంద్రియసుఖములు దొరకకను, అటు మోక్షసుఖము దొరకకను ఉభయభ్రష్టత్వము సంభవించును. నే నొక కథ చెప్పెద!

ఒక రైతునకు కొద్దిగా తనకు సరిపడు ధాన్యము పండునట్టి భూమి కలదు. అత డొకనాడు ఇంకొక గ్రామములో నుండు తనబంధువుల ఇంటికి వెళ్లెను. వారు అతనికి

మర్యాదచేసి రొట్టె, పంచదార వగైరాలు పెట్టిరి. అట్టి ఆహారమును ఇదివర కెన్నడును అతడు తినలేదు. కనుక రుచిగానున్నదని తృప్తిగా సంతోషముతో తినెను.

అచటనున్న వారిని గోధుమ లెట్లు పండునో, పంచదార చెఱుకును పెంచి ఎట్లు పంచదారను తయారు చేయవలెనో అడిగి తెలిసికొని ఇంటికివచ్చి తనకున్న సారహీనమైన కొద్ది భూమిలో గోధుమలు జల్లి చెఱుకును నాటెను. నీటివనరు సరిగా లేకపోవుటచేత గోధుమలు పండలేదు. చెఱుకున్ను పెరుగలేదు. అపుడు తన తెలివితక్కువకు పశ్చాత్తాపపడి తిండిలేక బాధలుపడెను. ఉపవాసములు చేయవలసి వచ్చెను.

కనుక, మీరు ఇహసుఖమును త్యజించి పరసుఖము కొరకు ప్రయత్నించునపుడు ఏదియు దొరుకక మోసపోవలసి యుండునేమో ఆలోచించుకొనుడు.

భర్త: నే నొక ఇతిహాసము చెప్పెద. దీనివలన సంసారసుఖములను ఆశ్రయించినచో గలుగు అనర్థము బోధపడగలదు. ఒకరోజున ఒక ఏనుగు హఠాత్తుగా వింధ్య పర్వతములో నొక ప్రవాహము ఒడ్డున చనిపోయెను. ఒక కాకి అక్కడకు వెళ్లి ఆ ఏనుగు కళేబరముపై కూర్చుని దాని మాంసమును కడుపునిండ తినుటకు ప్రారంభించెను. అది శాశ్వతముగా ఆ మాంసమును తినవచ్చునని తలంచెను. కాని త్వరలో ఆ ప్రవాహమునందు వరదవచ్చి గట్లు మునిగి పోయెను. ఆ సీటిలో ఏనుగ కళేబరము కొట్టుకొనిపోయి సముద్రములో కలిసెను. కాకి మాంసమును సంతోషముగా తినుటలో నిమగ్నమైయుండుటవలన ప్రవాహము పొంగి పొరలుచు తాను కళేబరముతో సముద్రమున చేరిన విషయ

మును గమనించలేదు. సొర చేపలు ఏనుగు కళేబరము నీటి లోనికి లాగునపుడు తెలివితక్కువ కాకి ఎగిరి పాఱుటకు ఆధారములేక ఆ నీటిలోనే పడి ప్రాణము కోల్పోయెను. కనుక ఇంద్రియ విషయ సుఖములయందు ఎక్కువ ఆసక్తిగల వారు కాకివలె సంసార సముద్రమందు మునిగి చెప్పరాని కష్టములను అనుభవించెదరు.

ఈ మాటలనన్నిటిని జంబుకుమారుని ఎనిమిదిమంది భార్యలున్ను వినుచు రాత్రి కాలమును జరిపిరి. ఒక దొంగల నాయకుడు కూడ వినెను. అపుడు జంబుకుమారుడు నాయకునితో, "నా యీ ధనమునంతయును నీవు ఆటంకము లేకుండ తీసికొనవచ్చు"నని చెప్పెను. అపుడా దొంగ జంబు కుమారునితో నిట్లనెను : "ఓ సాధుమూర్తీ, ఓ వైరాగ్యశీలా, నీవు ఈ ధనమునంతయు పిడికెడు బూడిదవలె విడిచిపెట్టితివి. నేను చెడుపనులు చేయు మనిషినైనను మర్యాదగా విడిచి పెట్టిన ఆస్తిని తీసికొనునట్టి నీచుడను కాను. నీ సంభాషణ అంతయు నేను పొంచియుండి వింటిని. నీ వైరాగ్యమువలన నా మనస్సునందలి కుటిలత్వమంతయు హరించినది. ఈ రోజులగాయతు నా చోరవృత్తిని నేను వదలివేయు చున్నాను. నీయొక్క పవిత్రసంబంధమైన శక్తివలన నా హృదయమంతయు వైరాగ్యముతో తడిసిపోయినది. పూజ్యుడగు సుధర్మస్వామివద్ద నేను కూడ ఉపదేశము నొందెదను" అనిచెప్పి వెళ్ళి మంత్రదీక్ష నొందెను.

జంబుకుమారుడు, అతని ఎనిమిదిమంది భార్యలున్ను సుధర్మస్వామివద్ద ఉపదేశము నొందిరి. స్వామి నిర్యాణానంతరము జంబుకుమారుడే పీఠాధిపతి యయ్యెను.

సత్యప్రవర్తనా ప్రభావము

ప్రశ్న : శాశ్వతసౌఖ్య మెట్లు కలుగును?

సమా : సత్యప్రవర్తనవలన శాశ్వత సుఖము చేకూరును.

ప్రశ్న : సత్యప్రవర్తనలు అననేమి?

సమా : సత్యస్వరూపుడగు పరమేశ్వరుని నమ్మియుండుటయు, సత్యపరమాత్మను పొందించునట్టి నీతి, ధర్మ, భక్తి, జ్ఞాన, వైరాగ్యములను విడువక వర్తించుటయును సత్య ప్రవర్తన లనబడును.

ప్రశ్న : సత్యధర్మవర్తనలు గలవా రెవరు?

సమా : నీవు సత్యహరిశ్చంద్రుని చరిత్ర చదివి యుంటివిగదా! ఆయన ధనేషణ, దారేషణ, పుత్రేషణలను త్యాగముచేసి సత్యమును కాపాడుకొనుటచేతనే చివరకు శివుడు మెచ్చుకొని కైలాసమునకు తీసికొనిపోయెను.

ధర్మరాజు ధర్మమును తప్పక అనేక కష్టములను సహించుటచేతనే చివరకు ధర్మదేవత స్వర్గమునకు తీసికొని పోయెను.

నలమహారాజు, శిబిచక్రవర్తి, రంతిదేవుడు మొదలగు రాజులున్ను సత్యధర్మవర్తనలను విడువకుండుటచేతనే స్వర్గ నివాసులైరి.

ప్రహ్లాద నారదాది భక్తులు, వశిష్ఠాది మహర్షులు, తులసీదాసు, కబీరుదాసు, రామదాసు, నామదేవుడు, తుకారాముడు, హత్తీరామ్‌బాబా, సక్కుబాయి, మీరాబాయి, జనాబాయి, తరికొండ వేంకమాంబ మొదలగు పరమ భక్తులు సత్యస్వరూపుడగు భగవంతుని నమ్మి ముక్తులైరి.

శ్రీ రమణమహర్షి, శ్రీ గాంధి, శ్రీ అరవిందయోగి, శ్రీ మలయాళ సద్గురువు, శ్రీ శివానంద సరస్వతీ మహారాజు, శ్రీ సత్ వినోబాజీ మొదలగు మహాత్ములు సత్యధర్మ నిష్ఠాపరులై లోకోద్ధారకులైరి.

కథ : చెన్నరాజధానియందు తిరుచినాపల్లి జిల్లాలో శ్రీరంగ సమీపమున నిచుళాపురము అను గ్రామమున తిరుప్పాణియాళ్వారు అను పంచమజాతికి జెందిన పరమభక్తుడు కలడు. అతడు ప్రతిదినము శ్రీహరి భజన చేయుచు నుండెను.

కార్తీకమాస శుక్లపక్ష ద్వాదశినాడు జనులందరు నిద్ర బోవుచున్నప్పుడు నిశిరాత్రి తిరుక్కురుం గుడికి పోయి భజనతో జాగరణ చేయదలంచి పోవుచుండగా ఒక బ్రహ్మ రాక్షసి పట్టుకొనెను.

భక్తుని ప్రశ్న : ఎందుకు నన్ను పట్టుకొని వెళ్లు చున్నావు ?

బ్రహ్మరాక్షసి : పదిరోజులనుండి నేను నరమాంసము లభించక మిక్కిలి ఆకలితోనున్నాను. కాన నిన్ను భగ వంతుడు పంపినాడు. తిని ఆకలి తీర్చుకొనుటకు తీసికొని వెళ్లు చున్నాను.

భక్తుడు : ఓ బ్రహ్మరాక్షసీ, నేను శ్రీమన్నారాయణు నకు ప్రియమైనట్టి భజనతో జాగరణజేసి తిరిగి వచ్చెదను. అపుడు నీవు నన్ను తృప్తికరముగ భక్షించవచ్చును.

బ్రహ్మరాక్షసి : ఓ భక్తుడా, జాగరణ అయిన తరువాత తిరిగి నా దగ్గరకు వచ్చెదనని అబద్ధములాడు చున్నావు. తప్పించుకొని పోవుటకు అనేక మార్గములు గలవు. నిన్ను నేను నమ్మను.

భక్తుడు : ఓ బ్రహ్మరాక్షసీ, నేను తిరిగి రాకపోతినా అనేక పాపములను పొందెదను. ఒట్టు పెట్టుకొనుచున్నాను. ఆ ప్రతిజ్ఞలను (ఒట్టులను) వినుము.

1. నేను తిరిగి వచ్చెదనని చెప్పియు రాకుంటినేని, ఎవడు కామమోహముచేత పీడింపబడినవాడై ఇతరుని భార్యను కూడునో వాని పాపమును పొందెదను.

2. నేను తిరిగి రానియెడల, ఎవడు తనతో భోజనము చేయువానికి భేదముగా భోజనము పెట్టునో వాని దోషమును పొందెదను. (నెయ్యిగాని, కూరాన్నములుగాని, పిండివంటలు గాని, క్షీరాన్నముగాని, పెరుగునుగాని తాను అధికముగా వడ్డించుకొని ప్రక్కన కూర్చున్నవారికి పక్షపాతబుద్ధితో తక్కువగా వడ్డించుటచే పాపదోషము గలుగునని గ్రహించవలెను)

3. నేను తిరిగి రానిచో, ఎవడు భూమిని దానముచేసి తిరిగి దానిని తాను తీసికొనునో వానికి గలుగు పాపము నొందెదను,

4. నేను తిరిగి రాకపోతినా, ఎవడు చక్కని స్త్రీని అనుభవించి, తరువాత దానిని నిందించునో వాని పాపము నొందెదను.

5. నేను తిరిగి రానియెడల, ఎవడు అమావాస్య శ్రాద్ధముజేసి విశాలాక్షియగు స్త్రీని గూడునో వానికి గలుగు దోషము నొందెదను.

6. నేను తిరిగి రానియెడల ఎవడు ఒకనికి పిల్ల నిస్తానని చెప్పి తరువాత యివ్వడో వాని పాప మనుభవించెదను.

7. నేను తిరిగిరాకయున్నచో, కనీసము షష్టి, అష్టమి చతుర్దశి, అమావాస్యలనాడైన స్నానముచేయనివాని గతిని పొందెదను.

8. నేను తిరిగిరానేని, ఎవడు కామపీడితుడై స్నేహితుని భార్యను పొందునో వాని పాపఫలమును అనుభవించెదను.

9. నేను తిరిగిరాని పక్షమందు ఎవడు ఇతర సంబంధ రక్షకములేని తన భార్యను పడుచుతనములో విడిచిపెట్టునో వానికి గలుగు పాపఫలమును అనుభవించెదను.

10. నేను తిరిగిరానిచో, ఎవరు గురుభార్యను, రాజు భార్యను గూడుదురో వారికి గలుగు గతిని పొందెదను.

11. నేను తిరిగిరానేని, ఎవడు ఒక వస్తువును ఒకనికి ఇస్తానని చెప్పి యివ్వడో వానికి కలుగు దోషము నొందెదను.

12. నేను తిరిగిరాకపోతినా, ఎవడు ఇద్దరు భార్యలను పెళ్ళిజేసికొని ఒక భార్యయందే యిష్టముగా నుండునో వాడికి గలుగు పాపము నొందెదను.

13. నేను తిరిగిరానిచో ఎవడు దప్పికతో నీళ్లకొరకు పరుగెత్తుకొనిపోవుచున్న ఆవులను పోనీయక జేయునో వానికి గలుగు పాపము నొందెదను.

14. నేను తిరిగిరాని యెడల, బ్రహ్మహత్య, సురాపానము, దొంగతనము, వ్రతభంగము జేసిన వానికి గలుగు పాపము నొందెదను.

15. నేను తిరిగిరానేని శ్రీమన్నారాయణుని విడిచి ఇతర దేవతలను పూజించెదరో వారి గతి నొందెదను.

16. నేను తిరిగి నీవద్దకు రాకపోతినా, ఎవడు విష్ణు భగవానుని ఇతర దేవతలతో సమము జేయునో వాని పాపము నొందెదను.

ఆ బ్రహ్మరాక్షసి ఆ భక్తుని ప్రతిజ్ఞా వాక్యములను విని తృప్తినొందినదై, 'శీఘ్రముగా వెళ్లుము. నీకు నమస్కారము' అని ఆ భక్తునితో మధురమైన మాట చెప్పెను.

ఆ భక్తుడు బ్రహ్మరాక్షసి సెలవియ్యగానే భక్తికీర్తనలను పాడుకొనుచు, తిరుక్కురుం గుడికి వెళ్లి భజనచేయుచు ఆ రాత్రి యంతయు గడిపి ఉదయమున "నమోనారాయణాయ" యని తిరిగి బయలుదేరి బ్రహ్మరాక్షసి వద్దకు వచ్చుచుండగా, భగవంతుడు భక్తుని పరీక్షచేయ దలచినవాడై మానవపురుషుడుగా ఎదురుగా వచ్చి, "ఓ భక్తుడా ఎక్కడికి వెళ్ళుచున్నావు" అని ప్రశ్నించెను.

భక్తుడు : బ్రహారాక్షసితో నే నెక్కడ ప్రతిజ్ఞజేసినానో అక్కడికి వెళ్లుచున్నాను.

పురుషుడు : ఓ మంచివ్రతము చేసిన భక్తశిఖామణీ, ఈదారిని అక్కడికి పోకుము. అక్కడ మాంసమును తినునట్టి దుర్మార్గురాలు, పాపిష్టియగు బ్రహ్మరాక్షసి అక్కడ నున్నది.

భక్తుడు : నీవు చెప్పిన విషయములు నాకు తెలిసియే యున్నవి. నేను సత్యమునందు నిలిచెదను. శీలము (మంచి వర్తన) సత్యమునందే గలదు.

పురుషుడు : ఓ తాతా, నీకు సత్యమునందే దృఢ విశ్వాసమున్నయెడల పోయి రమ్ము. నీకు శుభమగుగాక.

భక్తుడు : (బ్రహ్మరాక్షసి దగ్గరకు వెళ్లి) ఓ బ్రహ్మరాక్షసీ, నీ యాజ్ఞను పొంది జగన్నాథుడగు

శ్రీమన్నారాయణుని రాత్రి యంతయు తృప్తికరముగా భజన చేసి వచ్చినాను. కనుక నీ యిష్టము వచ్చినట్లు నా శరీరావయవములను భక్షింపుము.

బ్రహ్మరాక్షసి : ఓ భక్తుడా, నీకు బ్రతికి యుండవలెనను కోరికయున్నచో రాత్రి విష్ణుజాగరణ విషయమైన కీర్తన యొక్క ఫలితమును ఇప్పుడు నా కిమ్ము.

భక్తుడు : నీవు వెనుక నాతో యేమి చెప్పినావో అప్పుడు నే నేమి యథార్థమును చెప్పినానో ఆప్రకారము నన్ను నీ యిష్టము వచ్చినట్లు తిను. అంతేగాని, నేను నీకు భగవంతుని కీర్తన ఫల మివ్వను.

బ్రహ్మరాక్షసి : ఓ మహాత్మా, ఆ పవిత్రమగు కీర్తన యొక్క ఫలితములో సగము నా కిమ్ము. నిన్ను భక్షించుట మానివేసెదను.

భక్తుడు : పూర్వము నీవు నన్ను తినివేసెదనని చెప్పితివి గాన రమ్ము. నా కండరములను తినుము. నా రక్తమును త్రాగుము.

బ్రహ్మరాక్షసి : ఓ భక్తుడా, నీవు స్వామి సన్నిధిలో పాడిన ఒక కీర్తనఫలమునైన నా కిచ్చి శ్రీమన్నారాయణుని శాపమునుండి నన్ను రక్షించుము. నిన్ను శరణు బొందితిని.

భక్తుడు : ఓ బ్రహ్మరాక్షసీ, పూర్వము నీ వేమి వికృతకర్మ జేసినావు ? ఏ కర్మదోషమువలన నీ వీ రాక్షసి గర్భమందు పుట్టినావు ?

బ్రహ్మరాక్షసి : నేను పూర్వజన్మమున చరకగోత్ర బ్రాహ్మణుడను. నా పేరు సోమశర్మ. నేను సూత్రమంత్ర క్రియాలోపములతో యజ్ఞము చేయుచు లోభ మోహముల చే

పీడితుడనై యజ్ఞము పూర్తిగాకమునుపే శూలదోషముచే మరణము నొందితిని. ఈ లోపములతో జేసిన దోషముచే రాక్షసజన్మమెత్తినాను. నీవు శ్రీమన్నారాయణుని సన్నిధియందు పాడిన కీర్తనప్రభావముచే నన్ను తరింపజేయుటకు నీవు తగియున్నావు.

భక్తుడు: నేను చివర కైశికమను పేరుగల కీర్తనను పాడినాను. ఆ కీర్తనయొక్క ఫలముచే పాపమునుంచి నిన్ను విడుదల చేసెదను, నీకు శుభమగుగాక.

ఆ బ్రహ్మరాక్షసి ఆ హరిజనభక్తునివద్ద వరము పుచ్చుకొని శరత్కాల చంద్రునివలె బ్రహ్మజ్ఞానము గలవాడై శరీరమును వదలి నిర్మలమగు వంశమందు జన్మించెను. ఆ పరమభక్తుడుకూడ మంచి గొప్ప కర్మజేసి బ్రహ్మత్వము నొందెను.

వరాహపురాణములో శ్రీ మహావిష్ణువు లక్ష్మీదేవికి చెప్పిన ఈ కథను సంగ్రహముగ నిపుడు తెలుపడమైనది

వాల్మీకి

వాల్మీకి మొదట రత్నాకరుడు అను పేరుగలవాడు. అతడు భార్యాబిడ్డల పోషణ నిమిత్తము మొదట యాచనావృత్తి గావించెను. పిమ్మట సేవాకర్మ సలిపెను. తదుపరి వర్తకము చేసెను. అనంతరము అంతటితో తృప్తిపడక చోరవృత్తి నవలంబించి ప్రయాణీకులను కొట్టి వారిదగ్గర గల ధనాదులను తీసికొనిపోయి భార్యాబిడ్డలను బోషించుచుండెను.

ఒకనాడు వశిష్ఠుడు, కౌశికుడు, గౌతమమహర్షి, జమదగ్ని, కశ్యపుడు, అత్రిమహర్షి, భరద్వాజమహర్షియు

ప్రయాణమై పోవుచుండగా కిరాతకృత్యములు చేయుచున్న రత్నాకరుడు చూచి ఆ ఋషులను కొట్టబోయెను. అపుడు ఋషులు, "ఓ కిరాతకుడా, ఎవరినిమిత్తము నీ వీ పాపపు కృత్యములను చేయుచున్నావు ?"

కిరాతకుడు : నా భార్యాబిడ్డల పోషణ నిమిత్తము.

ఋషులు : నీవు చేయు పాపములు నీకే చెందునా, నీ భార్యాబిడ్డలకుకూడ జెందునా ?

కిరాత : నా భార్యాబిడ్డలుకూడ నా పాపఫలితము లను పంచుకొనెదరు.

ఋషులు : ఇంటికిపోయి అడిగి రమ్ము, మే మిచటనే నీవు వచ్చువరకు నుండెదము.

కిరాత : మీ మాటలను నమ్మను. నేను వచ్చు లోపల పారిపోవుదురేమో!

ఋషులు : మేము ఒట్లు పెట్టుకొనెదము. నీవు ఇంటికి వెళ్లి తిరిగి వచ్చువరకు నుండక పారిపోయినచో, 1. ఏడు దినములు ఆచమనము చేయనివాని పాపము నొందెదము. 2. ఎల్లప్పుడును నీచులతో సాంగత్యము చేయువాడు పొందే పాపము నొందెదము. 3. విశ్వదేవతలకు పెట్టక భుజించు వారు పొందే పాపము నొందెదము. 4. వేదవేద్యులగు పెద్దలను నిందించువాని పాపము నొందెదము 5. గురునిందచే గలుగు పాపము నొందెదము. 6. మలినశరీరవస్త్రాదులతో నుండి సూర్యునకు నమస్కారములు చేయువారు పొందే పాపము నొందెదము. 7. అతిథిలేకుండ భోజనముచేయు వారు పొందే దోషము (దుర్గతి) నొందెదము అని చెప్పిన తరువాత కిరాతకుడు ఇంటికి వెళ్ళి భార్యతో, "ఓ సఖీ, నేను

మిమ్ములను పోషించు నిమిత్తము ఎన్నో పాపములను చేయు చున్నానుగదా! నేను చేసిన చెడ్డపనులలో మీకు కూడ భాగము కలదుగదా! నిజము చెప్పుము.''

భార్య: నాథా, నీవు నన్ను పోషించుటయును, నిన్ను నేను సేవించుటయును ధర్మమై యున్నది. ప్రేమతో ఇచ్చిన దానిని అనుభవించుటకేగాని నీ పాపమును పంచుకొనుటకు నాకు విధిలేదు.

కుమారుడు చెప్పినదేమనగా, ''అయ్యా, నీవు నేను పెద్దవాడనగువరకును నన్ను సంరక్షించుటయు, నేను సుఖముగా నుండుటయును ధర్మమైయున్నది. భార్యాపుత్రాదులను పోషించుటకుగాను పాపపుకృత్యములను చేయుమని పెద్దలు చెప్పలేదుగాన నీవు చేసిన పాపమును నీవే అనుభవించ వలయును'' అని చెప్పగానే తిరిగి వచ్చి ''మహాత్ములారా, నేను మహాపాపినిగాన నేను కడతేరే ఉపదేశ మివ్వవలసిన'' దని కోరెను. అపుడు ఋషులు కనికరించి 'మరా' యని ఉపదేశించిరి. అప్పటినుండి ఆ కిరాతకుడు, తదేకనిష్ఠతో తపస్సులో నుండెను. ఋషులు వెళ్లిరి. అనేక సంవత్స రములు గడిచిన తరువాత ఋషులు అదేమార్గమున వచ్చి చూడగ తేజస్సు కనబడుచున్నదేగాని మనిషి కనబడుట లేదు. ఒక పుట్టవద్దకు వెళ్లి పుట్టను పెకలించి చూడగా తపస్సులోనున్న వానిని చూచి, 'వాల్మీకి మహాఋషి' యని పేరు పెట్టి బైటకు తీసిరి. ఈయనయే రామాయణకర్త.

ఆశయే దుఃఖ కారణము

ప్రశ్న: సంసారం గొప్పదా, సన్న్యాసం గొప్పదా?

సమా: వైరాగ్యము (విరక్తి), పరమాత్మ చింతయు

లేని వారికి సంసారమే గొప్పది. భక్తివైరాగ్యములు గల వారికి సన్న్యాసమే గొప్పది.

ప్రశ్న : జీవించుట మంచిదా, మరణించుట మంచిదా ?

సమా : సత్యధర్మవర్తనలతో సత్కీర్తిని సమకూర్చుకొన శక్తి యున్నపుడు జీవించుటయే మంచిది. అసత్య, అధర్మవర్తనలతో విశేషముగా అపకీర్తిని, పాపము సంపాదించుకొనుటకంటె మరణమే మంచిది.

ప్రశ్న : భాగ్యము మంచిదా, దరిద్రం మంచిదా ?

సమా : తపోధనముతో సంతుష్టి నొందగల శక్తిగల వారికి దరిద్రమే మంచిది. పరమేశ్వరుని నమ్మజాలక ఆశలకు లోబడుచుండువారికి భాగ్యమే మంచిది.

ప్రశ్న : పాపమునకు మూల మేది ?

సమా : ఆశ పాపమునకు మూల మగును.

ఒకకథ : బాగుగా చదువుకొనిన బ్రాహ్మణుని అతని భార్య పాపమునకు మూలమేది యని ప్రశ్నించెను. అందుల కతడు సమాధానము చెప్పజాలక 'నాకు తెలియ'దని చెప్పి తనకు చదువుచెప్పిన గురువువద్దకు వెళ్లి అడుగగా 'నాకు తెలియు'దని గురువు సమాధానము చెప్పెను. మరికొంత మంది పండితులను ప్రశ్నింపగా వారును 'మాకు తెలియ'దని సమాధానము జెప్పిరి. అపుడా బ్రాహ్మణుడు చింతతో బజారు ప్రక్క ఇంటివారి అరుగుపై కూర్చొని యుండెను. రోడ్డు అవతల గృహములోగల ఒక స్త్రీ బ్రాహ్మణుని చూచి చింతతో నున్నట్లు గ్రహించి నౌకరునుపంపి బ్రాహ్మణుని రప్పించి 'తమరు బాధతో నున్నట్లు కనబడుచున్నది, కారణ మేమి ?' యని అడిగెను. అందుకా బ్రాహ్మణుడు జరిగిన

వృత్తాంత మంతయు చెప్పెను. అపుడా మహిళ 'నా ఇంటిలో ఈపూట భోజనము చేయుడు. నేను మీ సంశయమును తీర్చెద'నని చెప్పెను. అపుడు బ్రాహ్మణుడు 'నీ దే కుల'మని ప్రశ్నింపగా 'నేను వేశ్య' నని బదులు చెప్పెను. 'వేశ్య భోజనము తినినచో మహాపాపము గలుగునని శాస్త్రము చెప్పెను. గాన నీవు పెట్టే ఆహారమును నేను భుజించ' నని ఆ బ్రాహ్మణుడు ఆ వేశ్యతో చెప్పెను. అపుడా వేశ్య నూరురూపాయల నిచ్చెదనని చెప్పగా, ఆ బ్రాహ్మణుడు లోబడి, భుజించెను. అప్పుడా వేశ్య 'పాపమునకు మూలము ఆశయే అను విషయము మీకిపుడు బోధపడినదిగదా!' యని చెప్పెను. వెంటనే సిగ్గుతో వెడలిపోయి బ్రాహ్మణుడు ఆశయే పాపమునకు మూలమని తన భార్యతో చెప్పెను.

ప్రశ్న : స్వామీ, తమరు నాతో ఇదివరకు కామము, క్రోధము, భయమును గలవారు పాపమును చేయుచుందురని చెప్పియుండిరిగదా! ఇపుడు లోభగుణమే (ఆశయే) పాపమునకు మూలకారణమగునని ఇతిహాసము చెప్పుచున్నారేమి?

సమా : లోభగుణము (ఆశ) విత్తనము వంటిది. దీనినుండియే క్రోధ భయాది గుణముల రూపముగా సంసార వృక్షము వృద్ధియైనది.

ప్రతిజీవియు ఆహారమునకు, ఆశకు లోబడి యుండును. కొందరకు మంచిపనులపై ఆశ వుండును. కొందరకు చెడ్డపనుల పై కోరికయుండును. తనకోరికను నెరవేర్చుకొనుటకు పాటుపడుచుండగా ఇతరులు అడ్డము వచ్చినచో క్రోధము వచ్చును గదా! క్రోధము తిట్టుమని, కొట్టుమని, చెడగొట్టుమని, చంపుమనియు చెప్పుచుండును.

కోరిక అడిగి తీసికొనుమని, దొంగిలించి తీసికొనుమని, చంపి తినుమని, మోసగించి తీసికొనుమని, కష్టపడి సంపాదించి తీసికొనుమని, దౌర్జన్యముచేసి తీసికొనుమనియు జెప్పుచుండును.

భయము తేలు కుట్టునేమో, పాము కరచునేమో, పులి చంపునేమో, దొంగ దొంగిలించునేమో యనును, చంపును.

గీ. కామమున కన్న క్రోధమ్ము కన్న నెక్కు
డైన శత్రు వహంకృతి కన్న లోభ
మది గలుగువాడు ప్రాణమ్ములైన విడుచు
నన్న న వ్యాఘ్రోసర్పని దన్యమున్నె —దేవీభాగవతం

తా. కామము, క్రోధము, అహంకారములకంటె లోభగుణము (ఆశ) శత్రువు యనబడును. లోభి ప్రాణములైనను విడుచుటకు సిద్ధపడును. ఆశ గలవాడు అన్ని చెడ్డ పనులను చేయుచుండును.

అందువలననే మొదట చెప్పబడిన కథ లోభమే పాపమునకు మూలమని చెప్పినది.

ప్రశ్న : కీర్తిపై కాంక్ష కలుగుటకు మూలమేది ?

సమా : అభిమానమే కీర్తికాంక్షకు మూలము. ఇందుకు ధనలక్ష్మి, దరిద్రలక్ష్మి సంవాదము చెప్పెద.

ధనలక్ష్మి : దరిద్రలక్ష్మి నీకంటె నేనే అందమైన దానను.

దరిద్రలక్ష్మి: ధనలక్ష్మి, నీకంటె నేనే అందమైనదానను.

ధనలక్ష్మి : అదుగో, ఒక వ్యాపారి వచ్చుచున్నాడు. మన యిరువురిలో ఎవరు అందగత్తెయో అడుగుదము, పద.

ధనలక్ష్మి, దరిద్రలక్ష్మియు వ్యాపారిని సమీపించి ఓ "వ్యాపారీ, మా యిరువురిలో ఎవరు అందముగా నున్నామో చెప్పుము" అనిరి.

వ్యాపారి : ఓ ధనలక్ష్మి అమ్మగారూ! మీరు వస్తూవుంటే ఆమెకంటే అందమైనవా రగుదురు. ఓ దరిద్ర లక్ష్మి అమ్మగారూ! మీరు వెళ్లుతూవుంటే ఆమెకంటె అందమైనవా రనబడుదురు అని చెప్పగా ఇరువురున్ను బాగుగా చెప్పితివని వ్యాపారిని ప్రశంసించి సంతుష్టి నొందిరి. మంచి వారు రావడం సుఖమే. చెడ్డవారు పోవడమూ సుఖమే. మంచివారు పోతే బాధగానుండును. చెడ్డవారు వచ్చి యుంటే బాధగానుండును.

మనో సంకల్ప వికారములు నశించినచో, దేహాభిమానము పోయినచో మంచీ కనబడదు, చెడ్డా కనబడదు. సర్వము బ్రహ్మమే యనబడును.

గృహస్థుల మోక్షమార్గము

దంపతులారా! గృహములు, భూములు, ధనము, బంధుమిత్రాదులున్ను మావి, మావారు యని నిశ్చయించుకొనక సర్వము భగవంతునివె యని నిశ్చయించుకొనుడు.

మీరు ఈ గృహాదులను చిన్నతనములో నావి యని తలంచలేదుగదా! చివరకు (అంత్యకాలములో) ఈ గృహాదులనేగాక, స్వశరీరమును కూడ వదలిపెట్టి పోవుదురు గదా! మధ్యకాలములో మాత్రము 'నా శరీరము, నా గృహము, నా ధనము, నా పుత్రమిత్రాదు' లని వ్యామోహ

ముతో - (మమకారముతో) బంధింపబడియుందురుగదా! ఇంతమాత్రపు సత్యమును మీరు గుర్తులోనుంచుకొనక మఱచుటకు మీకు జ్ఞానము లేదా? పసిపాపలా?

శరీరసుఖమే, ధనలాభమే, కీర్తిప్రతిష్ఠలే ప్రధానములైనవానినిగా నెంచి అనేకులు అసత్య, అధర్మ ప్రవర్తనలు గలిగియుంటున్నారు. ఇది తప్పు.

సంపాదించుకొనిన పుణ్యము, జ్ఞానమున్ను మాత్రమే నీడవలె వెంటనుండునను విషయమును దంపతులు మరువక ఒకరి కొకరు సహాయభూతులుగానుండి దానధర్మములన్ను, భగవత్సేవయు, పెద్దల సేవయును చేయుచుండుడు.

భుజింపబడిన మహారుచిగల ఆహారపదార్థములు మరు నాటికి నీచమైన మలమగునట్లు, మహాసుఖములుగా నెంచబడు చున్న విషయభోగములు చివరకు నిస్సారమైనవి, దుఃఖకర మైనవిగా నగునని గ్రహించి కాలమును, ధనమును, క్రియ లను వ్యర్థపరచక సదుపయోగపరచుకొనుడు.

నిద్రపోవుముందు, నిద్రనుండి లేచునపుడు, నడుచు నపుడు, భుజించుచున్నపుడు పనులను చేయునపుడును, శివా, నారాయణా, రామా, కృష్ణా, శ్రీహరీ యను భగవన్నా మములను స్మరించుచుండుడు.

ఇల్లు వాకిళ్ళను శుభ్రపరచునపుడు హృదయమనే యిల్లును, శరీరమనే వాకిలిని పరిశుభ్రము చేసికొని హాయిగా నుండవలెనని తలంచుడు.

పాత్రలను శుభ్రముగా తోమునపుడు మన పదు నాలుగు యింద్రియములలోని (అనగా కర్మేంద్రియము లైదు, జ్ఞానేంద్రియములైదు, అంతరేంద్రియములు నాలుగు

లోపి) మాలిన్యమును కూడ కడిగివేసి శుభ్రపరచినయెడల అందముగా నుండునని నిశ్చయించుకొనుచుండుడు.

స్నానము చేయునపుడు, శరీరమును శుభ్రపరచి పరిశుభ్రమైన వస్త్రములను ధరించునపుడును, హృదయములో గల పాతమలినవాసనలను వదలివేయుచు క్రొత్త మంచి భక్తి జ్ఞాన వైరాగ్య నీతిధర్మ వాసనలను ధరించవలెనని తలంచుడు.

పిల్లలను స్నానాన్నపానాదులచే పోషించునపుడు భగవంతునికి సేవచేయుచుండునట్లుగా భావించుచుండుడు.

శ్వాస నిశ్వాసల రూపముగా ప్రాణవాయువు చరించుచుండుటవలననే శరీరము నిలుచుచున్నదని గ్రహించునట్లు పరమాత్మచింతన యనెడి ప్రాణవాయువు సక్రమముగా నున్ననే జీవితము హాయిగా నుండునని విశ్వసింపుడు.

కవ్వముతో పెరుగును మథనముచేసి, నవనీతమును తీయునపుడు మన శరీర మనెడి పెరుగునుకూడ విచారణ జపధ్యానములనెడి తపస్సు (మథన) చేసి పరమాత్మ యనెడి నవనీతమును దీసి ప్రత్యక్షముగా ననుభవించి బ్రహ్మానందముగా నుండవలెనని ఇచ్ఛగించుడు.

ఇంటిలోనికి ధనాదులను తీసికొనివెళ్ళునట్టి దొంగలను, కుక్కలను, కాకులను రానీయక మీరు జాగరూకతతో నుండునట్లు హృదయమనెడి గృహములోని దైవాత్మానందమనెడి అమృతమును హరింపచేయునట్టి ప్రియాప్రియములనెడి దొంగలను, రాగద్వేషాది దుర్గుణములనెడి కుక్కలను, విషయవాసనలనెడి కాకులను రానీయక కాపాడుకొనుచుండవలెనని తలంచుడు.

శరీరబలముకొఱకును, ఆకలిబాధ నివృత్తికొఱకును మీరు ఆహారమును సమకూర్చుకొనునట్లు ఆత్మబలము హృదయశాంతియు లభించుటకొఱకు పుణ్యమును జ్ఞానమును సంపాదించుకొని సుఖించవలెనని తలంచుడు.

భోజనానంతరము తిరుగక విశ్రాంతి కొఱకు హాయిగా మీరు పరుండునట్లు మనస్సునుకూడ తిరుగనీయక పరమాత్మ యందు హాయిగా విశ్రమింపజేయవలెనని నిశ్చయించు కొనుడు.

నూతిలో బ్రతికిన కప్ప లెన్నియున్నను చచ్చినకప్ప లుండిననే నీళ్ళు చెడువాసన వేయును. ఇట్లే హృదయములో మంచిగుణము లెన్నియున్నను చెడ్డగుణములవలననే బాధలు వచ్చును యని గ్రహించి చెడుగుణములను తీసివేసికొను చుండుడు.

మీ ఇంటిలో గల నౌకరులు పనులను చేయుచున్నను ఇది మనగృహము కాదను విషయమును గుర్తులో నుంచుకొని మమకారము లేకుండ వర్తించునట్లు, మీరును ఈ సంసారము మనది కాదనియు నిరాకార నిర్గుణ స్వరూప పరమాత్మయే మనస్థానమనియు గుర్తులో నుంచుకొని 'మనది, మనవారు' యను మమకారమును వదలి తామరాకు నీటికని, కుమ్మర పురుగు బురదకును అంటని విధముగా మనస్సును సంసారము నకు అంటనీయక వర్తించుడు.

మీ ఇంటిలోగల నౌకరులు మీ వస్తువులను చెడగొట్టి నను, దొంగిలించినను, దుర్వినియోగపరచినను, మీ బిడ్డలను బంధువులను బాధించినను మీరు శిక్షింతురను భయము గలిగియుండునట్లు, మీరును ఈ సంసారమునకు (ఈప్రపంచము

నక్షు) యజమానుడు దేవుడని నిశ్చయించుకొని ఆయన స్వామ్మును మనదనుకొన్నను, దుర్వినియోగ పరచినను, అధికముగా అనుభవించినను యజమానుడగు భగవంతుడు శిక్షించునను భయముతో జాగ్రత్తగా వర్తించుడు.

యజమానుని వమ్మని నౌకరులు, చెప్పినట్లు చేయుని సేవకులును, సుఖమును పొందజాలనట్లు భగవంతుని నమ్మక ఆయన చెప్పిన ధర్మములను ఆచరించకయున్నచో మనము సుఖముగా నుండజాలమని నిశ్చయముగ తెలిసికొనుడు.

మతముల లక్ష్యము

అన్ని మతముల లక్ష్యము సత్య, జ్ఞాన, ఆనంద స్వరూపాత్మయే యగును.

మతమనగా పూర్తిగా దుఃఖమును దాటింపజేసి శాశ్వతమైన పరమానందమును పొందించే మార్గ మనబడును.

నిజముగా లోకములో మంచిమతము, చెడ్డమతము యను రెండు మతములే కలవు. తక్కిన మతములన్నియు ఈ రెండు మతములలో చేరినవే యగును.

మతములన్నియు మతిలోనే (మనస్సులోనే) కలవు. మనస్సును దాటిన వారికి మతము లెవ్వియున్ను లేవు. నిద్రలో మనోసంకల్పములు లేకపోవుటచేత ఆనందస్వరూపమైన పరమాత్మ ఒక్కడే మిగిలియున్నాడు. ఆ పరమాత్మయే సర్వమతముల గమ్యస్థానం.

అద్వైతమతము, వైష్ణవమతము, శైవమతము, శాక్తేయమతము, సౌరమతము, అచలమతము, సాంఖ్య మతము, మహమ్మదీయమతము, క్రైస్తవమతము, బౌద్ధ

మతము మొదలగు మతములన్నియున్ను కర్మయోగము, భక్తియోగము, మనస్సంయమనయోగము, జ్ఞానయోగములతో చేరినవే యగును.

మతధర్మములను అనుష్ఠించి, మనస్సును జయించి, తన్ను తా గుర్తించి, తనయందే యుండి, సర్వమున్ను తన స్వరూపముగా గాంచుచుండువాడే మహాత్ముడనబడును.

సర్వజీవులను ప్రాణతుల్యముగా ప్రేమ జూపుమనునదే మతము. పరులను ద్వేషించునది నిజమైన మతము కానేరదు.

సాధారణముగా మనిషి కొక మతము కలదు. నిర్గుణమందే సర్వమతములు ఏకమగును.

కీర్తనలు

శంకరాభరణం—ఆది

శ్రీ భగవంతుని గనుగొనుటకు ఈ
లోభ మోహముల వీడరయా
నాభియందు బ్రహ్మాండముగని వెను
లాభ మెరిగి వర్తింపరయా ॥

హీనమైన సంసారమనే ఈ
కాననమున బడ నేటికయా
సూనులు భార్యా హితులును దుఃఖము
మానుపలేరని నమ్మరయా ॥

పరుల ప్రేమలోబడి పోరలుటచే
పరముకు మార్గము దప్పెనయా
నరులు కామక్రోధభరితులై కడు
దురితములో బడుచుంటిరయా ॥

భగవంతుని గుర్తించని జన్మము
జగమందుండిన నెందుకయా
తెగ పెరిగిన ఈ పాడుదేహమును
తగిన రీతిగా మార్చరయా ॥

ఇలపై హఠయోగసాధనము
దుష్టుల కెన్నడు సిద్ధించదయా
తెలివి గలిగి శ్రీ కృష్ణంరాజు
పలుకులు మదిలో నమ్మరయా ॥

మలయమారుతము___ఆది

మానవధర్మము గనుగొనదలచితే
మానసమును స్థిరపరచవలెన్
మానసమును స్థిరపరచుట కొరకై
హీనకృత్యములు మానవలెన్ ॥

హీనకృత్యములు మానదలంచితే
హింస విడిచి వర్తించవలెన్
హింస విడిచి వర్తించుట కొరకై
సంసారమును వర్జించవలెన్ ॥

సంసారమును వర్జించ దలంచితే
సత్యము పరిశోధించవలెన్
సత్యము పరిశోధించుటకొరకై
సద్గురు కారణ మందవలెన్ ॥

సద్గురు కారణ మందదలంచితే
సంశయరోగ మడంచవలెన్

సంశయరోగ మడంచుటకొరకై
సత్సాంగత్య మొనర్పవలెన్ ॥

సత్సాంగత్య మొనర్పదలంచితే
సాత్త్విక భోజన మరయవలెన్
సాత్త్విక భోజన మరయుట కొరకై
కృష్ణంరాజయోగి మత మెరుగవలెన్ ॥

"దుర్జనః సజ్జనో భూయాత్"